



ANKARA ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



SPORMETRE

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR
BİLİMLERİ DERGİSİ

CİLT:17

SAYI:4

YIL: ARALIK 2019

İÇİNDEKİLER

Derleme

- GÖZ TAKİP SİSTEMİNİN (EYE TRACKER) SPOR BİLİMİNDE KULLANILMASI: YENİ ARAŞTIRMACILAR İÇİN KILAVUZ / Sayfalar : 1-13
Fatih SENDURAN
- KIRMIZI PANCAR SUYU YOLUYLA NİTRAT TÜKETİMİNİN FİZYOLOJİK PERFORMANS VE SAĞLIK ÜZERİNE ETKİLERİ / Sayfalar : 14-17
Recep Aydın, Fırat Akça, Dicle Aras, Mine BAYDAN

Araştırma Makalesi

- ÖĞRETMEN ÖĞRETİM STİLİNE GÖRE ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN BEDEN EĞİTİMİ YATKINLIKLARININ İNCELENMESİ / Sayfalar : 28-41
Erman Öncü, Rukiye Çivril Kara
- SPOR DUYGU ÖLÇEĞİ: GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI / Sayfalar : 42-55
Osman URFA, F. Hülya AŞÇI
- SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTELERİNDE ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN MEDYA OKURYAZARLIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ / Sayfalar : 56-67
Yunus Sinan Biricik
- BEBEK YÜZME AKTİVİTESİNE KATILAN EBEVEYNLERİN TÜKETİCİ TATMİNİNİN DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ / Sayfalar : 68-80
HÜSEYİN ÇEVİK, Kerem Yıldırım ŞİMŞEK, Gizem TURHAN
- DOPİNGDE AHLAKTAN UZAKLAŞMA ÖLÇEĞİNİN TÜRK KÜLTÜRÜNE UYARLANMASI: GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI / Sayfalar : 81-90
Bahri GÜRPINAR, Mert Nalbant, Maria Kavussanu
- SPORCULARDA AHLAKTAN UZAKLAŞMANIN GÜDÜSEL İKLİM VE SPORCULARIN ÖNEM VERDİKLERİ ÖZELLİKLER İLE İLİŞKİSİ / Sayfalar : 91-104
İhsan Sarı, Gamze Deryahanoğlu
- ÖRGÜT KÜLTÜR TİPLERİ VE ÖZDEŞLEŞME: İŞ TATMİNİN ARACILIK ETKİSİ / Sayfalar : 105-119
Serdar Solmaz, Tekin Çolakoglu
- BİSİKLET KULLANIMINA İLİŞKİN MOTİVASYON KAYNAKLARI ÖLÇEĞİNİN GELİŞTİRİLMESİ / Sayfalar : 120-133
Semih Kaynak, Mehmet Berkay Özünlü
- FUTBOLCULARDA 8 HAFTALIK STATİK GERME ANTRENMANLARININ SIÇRAMA PERFORMANSINA ETKİLERİ / Sayfalar : 134-142
Burak Çağlar Yaşlı, Recep Sürhat Müniroğlu
- FARKLI KATEGORİLERDEKİ FUTBOLCULARIN SOMATOTİP ANALİZİ / Sayfalar : 143-157
Berkay Yaşar, Ahmet Özder, Sibel Önal, Ayşegül Özdemir, Cansev Meşe Yavuz, Mehmet Sağır, Başak Koca Özer
- SPOR EĞİTİM MODELİYLE İŞLENEN FUTBOL ETKİNLİĞİNDE MAVİ KART UYGULAMASI: ÖĞRETMEN VE ÖĞRENCİ GÖRÜŞLERİ / Sayfalar : 158-171
Murat EDİŞ, Nevin GÜNDÜZ

• BAZI DEĞİŞKENLERE GÖRE ÖĞRENCİ SPORCULARIN AHLAKİ KARAR ALMA TUTUMLARIN İNCELENMESİ / Sayfalar : 172-180

Evrım Büyükelhan, Çetin Özdilek, Tayfun Kaya, Yusuf Mert Öztürk

• SPORTİF BAŞARI HİKAYELERİ SPOR MEDYASI HAKKINDA BİLDİKLERİMİZİ DEĞİŞTİREBİLİR Mİ? KADIN HENTBOLU ÖRNEĞİ / Sayfalar : 181-189

Zafer ÇİMEN, Onur MEŞECİ

• FUTSAL OYUNCULARINDA TEKRARLI SPRİNT YETENEĞİ, İZOKİNETİK BACAĞ KUVVETİ VE ANAEROBİK PERFORMANS ARASINDAKİ İLİŞKİ / Sayfalar : 190-200

Mehmet Gören KÖSE, Ali ÖZKAN, Aydan AYTAR, Sümer ALVURDU, Ayşe KİN İŞLER

• THE COMPETITION STRATEGY IN HIGH JUMP AND POLE VAULT: HOW MANY TRIALS? / Sayfalar : 201-210

Işık Bayraktar

• YÜKSEK ŞİDDETLİ İNTERVAL ANTRENMAN PROGRAMININ FİZYOLOJİK PARAMETRELER VE SOLUNUM KAS KUVVETİ ÜZERİNE ETKİSİ / Sayfalar : 211-219

Özgür Bostancı, Muhammet Hakan Mayda, Mehmet İsmail Tosun, Menderes Kabadayı

• SPOR ÖRGÜTLERİNDE KARANLIK KİŞİLİK, ÖRGÜTSEL SİNİZM ve İŞ TATMİNİ İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ / Sayfalar : 220-232

Sevim GÜLLÜ, Kadir YILDIZ

• SPORDA SOSYAL BÜTÜNLEŞME DÜZEYİ İLE KİŞİLİK TİPLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİLER VE ETKİLEŞİMLER / Sayfalar : 233-249

Ercan Polat, Halil Erdem Akoğlu, Hanifi Üzüm

• BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN YÖNETİCİLİĞE YÖNELİM NEDENLERİ / Sayfalar : 250-264

Oğuz Kaan Esentürk, Nuri Berk Güngör

• PROFESYONEL FUTBOLCULARDA HEDEF YÖNELİMİNİN MOTİVASYONEL YÖNELİM ÜZERİNE ETKİSİ / Sayfalar : 265-274

Erdem Çakaloğlu, Onur Akyüz, Buse Sulu, Perican Bayar

• ELİT TÜRK GÜREŞÇİLERİNİN ANJİOTENSİN I-DÖNÜŞTÜRÜCÜ ENZİM GEN POLİMORFİZMİ VE VO2MAX DÜZEYLERİ İLE ATLETİK PERFORMANS ARASINDAKİ İLİŞKİNİN BELİRLENMESİ / Sayfalar : 275-284

Melihat Kurtuluş, Mehmet Günay, Çağrı Çelenk, İbrahim Cicioğlu, Tahsin Kesici

• GÜREŞ HAKEMLERİNİN ÖRGÜTSEL SİNİZM TUTUMLARININ İNCELENMESİ / Sayfalar : 285-295

Süleyman ŞAHİN, Akın ÇELİK, Ünsal ALTINIŞIK

• ORYANTİRİNG SPORCULARININ CİDDİ BOŞ ZAMAN PERSPEKTİFLERİ / Sayfalar : 296-318

Suat Karaküçük, Tebessüm AYYILDIZ DURHAN, Kenan AKSİN, Şenol GÖRAL, Beyza Merve AKGÜL

Geliş Tarihi (Received): 19.02.2019
Kabul Tarihi (Accepted): 16.07.2019
SPORMETRE, 2019,17(4),1-13
DOI: 10.33689/spormetre.528980

GÖZ TAKİP SİSTEMİNİN (EYE TRACKER) SPOR BİLİMİNDE KULLANILMASI: YENİ ARAŞTIRMACILAR İÇİN KILAVUZ

Fatih ŞENDURAN¹

¹Milli Savunma Üniversitesi, KaraAstsubay Meslek Yüksekokulu, Spor Bölümü, Balıkesir

Öz: Göz takip teknolojisi, spor ve egzersiz psikolojisi alanında özel ve uygulamalı birçok çalışma yapılabilmesine imkan tanmaktadır. Sürekli gelişmekte olan bu teknoloji, elit ve amatör sporcuların doğal çevrede gerçekleşen görme ve göz hareketleri davranışlarının araştırılması için heyecan verici imkanlar sunmaktadır. Ancak göz hareketlerini izleme fikri oldukça basit olsa da arkasındaki teknoloji oldukça karmaşık ve hassastır. Ayrıca, göz takip sistemini etkin kullanabilmek için ciddi bir bilgi birikimi ve tecrübe gerekmektedir. Göz takip sisteminin çok pahalı olması ve elde edilen verilerin analizinin oldukça uzun sürede tamamlanmasından dolayı, söz konusu sistemlere ayrılan kaynakların etkin şekilde kullanılmasını zorunlu kılmaktadır. Bu çalışmada, göz takip sistemi ile spor bilimlari alanında çalışma yapacak araştırmacılara temel bilgilerin kazandırılması amaçlanmıştır. Bu makalenin, göz takip sistemi ile çalışmaya başlayacak araştırmacıların zihinlerinde oluşabilecek soru işaretlerinin cevaplanmasına ve nasıl bir başlangıç yapmaları gerektiği hususunda fikir sahibi olmalarına yardımcı olacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Göz Takibi, Göz Hareketleri, Kornea Yansıması, Spor, Beden Eğitimi

USE OF EYE-TRACKING SYSTEM IN SPORT SCIENCE: A GUIDE TO NOVICE RESEARCHERS

Abstract: Eye-tracking technology allows special and applied research in sport and exercise psychology field. This technology, already constantly developing, offers thrilling opportunities for natural gaze and eye movement behavior studies of elite and amateur athletes. Though the idea of observing or tracking the eye movements seems simple, the technology behind is quite complicated and sensitive. Also, it necessitates substantial knowledge and experience in both hardware and software. The high cost of eye-tracking and the long time allocated for data analyses requires efficient use of resources. The purpose of this paper is to present basic information to those aiming to study eye-tracking system in the field of sport science. It is expected to help beginners answer the questions considering eye-tracking research and give an idea on how to start.

Keywords: Eye Tracking, Gaze Movements, Corneal Reflection, Sports, Physical Education

GİRİŞ

Spor biliminin günümüzde geldiği noktada, fiziksel ve taktiksel antrenmanın sınırları zorlanmakta; sporcular, rakiplerine göre daha güçlü, hızlı, çabuk ve esnek fiziksel yapıya sahip olmak için daha yoğun çalışmaktadırlar. Yarışmalar/müsabakalar geçmiş yıllara göre daha hızlı oynanmaktadır. Sporcular arasında bulunan fiziksel ve taktiksel beceri farkları giderek azalmaktadır. Sporcunun performans esnasında fiziksel hareketini gerçekleştirmeden hemen önce hızlı karar verme becerisi onu rakibine göre daha üstün konuma getirmektedir. Sporcunun etkili karar verme sürecinde çevresini, rakibini ve cisimleri doğru biçimde algılayabilmesi gerekir. Vickers (2016), spor branşlarında gerçekleşen başarılı performanslarda; görme becerisinin, odaklanmanın ve uygun bölgeye dikkatin yoğunlaştırılmasının kritik rol oynadığını ifade etmiştir. Spor bilimcilerin motor performans üzerinde yaptıkları birçok araştırmada, çeşitli performans görevlerinin etkin bir şekilde yerine getirilebilmesi için sporcunun görsel bilgileri uygun biçimde toplayabilmesinin önemli olduğu vurgulanmıştır (Kredel ve ark., 2017). Fiziksel aktivitenin hemen öncesinde, çevredeki nesnelere veya kişilerin yeri, hızı, şekli ve konumu; duyu organları ile görme, işitme, dokunma eylemlerinin biri veya tümü ile elde

edilebilir. Görme duyusu ve görsel algılama becerisi motorsal performans sürecinde bilişsel karar verme aşamasında önemli bir rol üstlenmektedir. Buz hokeyi, golf, dart vb. pek çok spor branşında yapılan çalışmalar; motorsal bir hareketi gerçekleştirmeden hemen önce, rakibe göre daha erken ve uzun süreli yapılan odaklanmanın başarı yüzdelerini artırdığını ortaya koymuştur (Panchuk ve ark., 2017; Vine ve Wilson, 2010).

Nereye bakıyoruz ve ona bakmak için ne kadar zaman harcıyoruz? Farklı görsel uyarılara sporcular nasıl tepki gösteriyor? Tam olarak ne zaman göz kırpıyoruz? Elit olan ve olmayan sporcuların göz hareketi davranışları nasıl? sorularının cevaplanması en temel anlamda, göz aktivitesinin ölçülmesi olarak ifade edilmektedir. Göz aktivitesinin ölçülmesi göz takibi/izleme (Eye Tracking) ile gerçekleştirilmektedir. Göz takip teknolojisi ve donanımı, spor bilimi alanında ve özellikle egzersiz psikolojisi özelinde birçok uygulamalı araştırma yapılabilmesine imkan tanımaktadır. Bu yeni ve gelişmekte olan teknoloji, elit ve amatör sporcuların doğal çevrede gerçekleşen görme ve göz hareketleri davranışlarının araştırılması için heyecan verici imkanlar sunmaktadır (Russell ve Stewart, 2015). En sade ifadeyle göz takibi, bir kişinin nereye baktığını belirleme işlemidir. Göz takibi ile göz hareketinin özellikleri ve göz bebeğinin büyüklüğü gibi nitelikler ölçülebilir. Ancak, göz takibi sistemleri ile katılımcıların aklında olanı veya düşüncesini ölçmek mümkün değildir.

Göz takibi yapabilmek için göz izleyici adı verilen özel bir donanıma ihtiyaç duyulmaktadır (Bojko, 2013). Göz takibi ile insanın doğal ortam ve şartlar altında nereye, nasıl baktığı, baktığı yere odaklanma süresi ve dikkati göz takip sistemi ile tanımlanabilmekte ve kayıt altına alınabilmektedir. Göz takip sistemleri, sinirbilim, psikoloji, okumayı öğrenme, mühendislik, reklam, pazarlama vb. çeşitli alanlarda sayısız araştırma sorusuna cevap vermek için oldukça yoğun olarak kullanılmaktadır. Ayrıca ticari araştırmalar yapmak amacıyla, tüketicilerin farklı medya ve iletişim mesajlarını nasıl algıladığını değerlendirmek için göz izleme sistemi sıklıkla kullanılmaktadır (Russell ve Stewart, 2015). Günümüzde, göz takip sistemi cihazları ve teknolojisinin geldiği seviye sayesinde; doğal ortamlarda ve hareket halinde gerçekleşen araba kullanma, yürüme, günlük aktiviteler, spor faaliyetleri vb. birçok konuda görsel dikkatin, görsel algılamanın ve göz hareketlerinin incelenmesi mümkün olabilmektedir (Gidlöf, 2013).

Göz takip çalışmalarının spor bilimleri alanında kullanılmaya başlaması 1976 yıllarına kadar dayanmaktadır. 1976 yılından günümüze kadar geçen süreçte, göz izleme teknolojisi ile yapılan ve PubMed, SPORTDiscus veri tabanlarında bulunan 60 nitelikli araştırmada, spor ortamında göz bebeği hareketinin doğal bakış davranışı gözlenmiştir. PubMed, SPORTDiscus veri tabanlarında bulunan 60 nitelikli araştırmanın %60'ı (35 makale) spor bilimi dergilerinde, yaklaşık %40'ı (25 makale) ise psikoloji bilimi dergilerinde yayınlanmıştır (Kredel ve ark., 2017). Söz konusu araştırmalarda; buz hokeyi, basketbol, dart, golf, eskrim, yelken ve hatta at biniciliğine kadar değişen 21 farklı sporun branşı incelenmiştir. Göz takip sistemi ile ilk yıllarda yapılan çalışmalar laboratuvar ortamında gerçekleştirilirken, 1998 yıllardan itibaren teknolojiye ileri adımlar ile birlikte göz izleme cihazlarının taşınabilir ve esnek hale gelmesi, araştırmacıların bakış açılarının değişmesine ve daha derinlemesine araştırma yapılmasına olanak tanımıştır (Panchuk ve ark., 2015).

Göz takip sisteminin temel çalışma prensibinde, gözün kornea tabakasına yansıyan ışığın kayıt altına alınması bulunmaktadır. En basit ifade ile göz bebeği çevresine infrared ışık gönderilerek, gönderilen bu ışık retinadan ve korneadan geri yansıması kayıt altına alınır. Söz konusu yansımadan elde edilen veriler özel bilgisayar yazılımı ile işlenebilir hale getirilir. Bu işlemin hızı, başka bir ifade ile göz bebeğine gönderilen ışığın sıklığı, kullanılan cihazın özelliğine göre belirli frekans aralığında (120-1000 Hz) gerçekleşmektedir. Günümüzde, spor bilimi alanında

göz takip sistemi ile yapılan araştırmalar giderek artmaktadır. Özellikle motorsal hareket öncesinde gerçekleştirilen son odaklanma anı “Quite Eye” araştırmaları, güncel çalışma alanlarından birisidir. Göz takip sisteminin, yeni ve yaratıcı çalışmalar yapılabilmesine imkan tanınması, araştırmacılara heyecan ve ilham vermektedir. Ancak göz izleme fikri oldukça basit olsa da, arkasındaki teknoloji oldukça pahalı, karmaşık ve hassastır. Bu çalışmada, göz takip sistemini kullanarak spor bilimleri alanında araştırma yapacak bilim insanlarına temel bilgilerin kazandırılması ve yeni araştırmacıların çıkılacak bu yolda daha hızlı mesafe elde etmeleri amaçlanmıştır.

Görsel sistem

Göz izleme teknolojisinin kabiliyetlerini ve nasıl kullanılabileceğini kavrayabilmek için ilk olarak, insanın görsel sistemi hakkında bazı temel bilgilere sahip olmak gerekmektedir. Işık nesnelere yansır ve göz bebeğine ulaşır. Bu ışık daha sonra görüntüyü baş aşağı çeviren mercekten geçer ve görüntü retinaya (göz küresinin arkasına) yansıtılır. Retina, ışığa duyarlı hücrelerle doldurulur; bunlar gelen ışığı elektrik sinyallerine dönüştürür ve daha sonra optik sinir yoluyla işlenmek üzere görsel kortekste gönderilir (Holmqvist ve ark., 2011). İnsan gözü 3 farklı kas tarafından hareket ettirilir. Bu kaslar gözün dikey, yatay ve yaklaşık 15 derecelik dairesel hareket yapmasına olanak sağlar. İnsanın görme alanı; başı döndürmeden yatay olarak yaklaşık 180 derece (sola 90 derece ve sağa 90 derece) ve dikey olarak 90 derece görsel bir alanı kaplar. Göz kapaklarının açık olduğu zamanda, çevrede olan nesnelere görüntüsü retinaya yansır. Retina hücreleri bu görüntüyü daha sonra beyne iletilen sinyallere dönüştürür. Yüksek görme keskinliğinden sorumlu olan hücreler retinanın “fovea” adı verilen merkezinde toplanır. Çevremizdeki bir şeye doğrudan bakarken, baktığımız şeyin resmi foveanın üstüne düşer ve bu resim foveanın dışında kalan bölgeye göre daha keskin, net ve renklidir (Bojko, 2013). Gözümüz ile bir cismin üzerine dikkatli ve doğrudan bakarken, baktığımız cismin imajı foveanın üstüne düşer. Bu imaj çok net ve canlıdır. Bu alanın (foveanın) dışına düşen görüntüler ise daha puslu ve cansız renklidir. Canlı ve net görüntü alınabilen foveal alan oldukça küçüktür. Yatay olarak yaklaşık 180 dereceyi gözümüzün algıladığı durumda, foveal alan sadece 2-5 derece arasında olmaktadır. Foveanın hemen dışında kalan bu bölge bulanık olarak görüldüğünden, çevremizde olan biteni daha net anlamamız için gözün veya başın hareket etmesi gerekmektedir.

Göz nasıl hareket eder?

Gözler saniyede ortalama 3-4 defa bir yerden bir yere atlar. Görsel bilgiler, sadece gözler nispeten hareketsiz olduğuunda ve bir şeye odaklandığında elde edilen net görüntüden elde edilir. Göz takibi temelli araştırmalar; odaklanma (**Fixation**), gözün bir noktadan başka bir noktaya hareketi (**Saccade**) ve göz bebeğinin izlediği yolu takip etmeye odaklanır (Bojko, 2013). **Fixation**, göz bebeğinin bir noktada durduğu anlık durumdur. Fixation saniyenin onda biri ile birkaç saniye arasında olabilmektedir. Örneğin bir kitap okurken kelimenin üzerinde kalmamız bir fixation işlemidir. **Saccade** ise, göz bebeğinin bir noktadan diğer noktaya olan hareketidir. Örneğin, kitap okurken bir kelimedenden diğerine geçme saccade işlemidir. Bu hareketin süresi ve mesafesi ölçülebilmektedir. Bu noktanın değişmesi, kişinin dikkatinin de bir başka noktaya kayarak değiştiğini ifade etmektedir (Bojko, 2013).

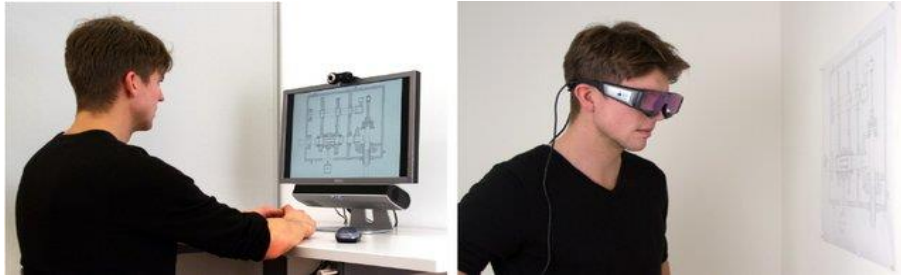
Nereye bakıldığı neden önemlidir?

Çok sayıda araştırma, bakışın odaklandığı yerin, genellikle dikkat edilen hususlarla ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Zihinde canlandırılan bir durum ile bakışımızın odaklandığı yer arasında bir ilişki bulunmaktadır. Bu durum, göz-zihin hipotezi olarak ifade edilir (Hoffman, 1998; Bojko, 2013). Göz takip sistemi ile çalışırken temel olarak görsel olarak odaklanılabilen % 2-5’lik net alan dikkate alınır. Göz, net alanın dışında kalan bölgeleri de görür ancak asıl

önemli olan net görüntünün elde edildiği bölgedir. Bu nedenle bir yere bakmak ile bakılan o yerdeki bir ayrıntıya odaklanmak arasında fark olmaktadır. Örneklendirmek gerekirse; serbest atış kullanan basketbol oyuncusunun potanın çemberine bakması durumu analiz edilirken, oyuncunun yüzünü potaya çevirmiş olması teorik olarak çemberi de görmesi anlamına gelmektedir. Ancak doğru analiz yapılabilmesi için sporcunun doğrudan çembere bakması başka bir ifade ile odaklanması gerekir. Görme ve odaklanma olarak adlandırılan bu durum, deney ortamını hazırlarken araştırmacılarının göz önünde bulundurulması gereken bir sorundur (Bojko, 2013).

Hangi göz takip sistemi (Eye Tracker) kullanılmalı?

Kullandıkları teknolojiye ve kullanım alanlarına göre üç temel yapıda göz takip sistemi bulunmaktadır. Bunlardan birincisi sabit göz takip sistemidir. Göz takip sistemi ile yapılan ilk araştırmalar bu tür cihazlar ile yapılmıştır. Bu sistemde, “baş” hareketini en aza indirmek için masaya sabit, başı üstten ve çeneden sabitleyen ekipmanlar kullanılmaktadır. Bu tür cihazlar daha sıklıkla laboratuvar ortamında okuma-öğrenme araştırmalarında kullanılmaktadır. Diğer cihaz türü ise; gözle karşıdan ve uzaktan (30-50 cm) infrared ışını gönderen, daha küçük yapılı ve genellikle monitör altına yerleştirilen sistemlerdir (Resim 1) (Lohmeyer, 2013). Bu tür cihazlar daha sıklıkla web sitelerinin analiz edilmesinde, video film temelli reklam araştırmalarında, mühendislik ve oyun tasarımı çalışmalarında, okuma-öğrenme araştırmalarında kullanılmaktadır. Söz edilen bu iki cihaz sistemi belirli bir donanım (bilgisayar, monitör, klavye, masa vb.) gerektirmektedir. Ayrıca bu cihazları kullanarak yapılan araştırmalarda, katılımcının hareket etmemesi ayakta ve oturur pozisyonda olması gerekmektedir. Üçüncü cihaz türü ise, doğal çevrede ve toplum içinde araştırma yapılmasına imkan veren giyilebilir (mobil) cihazlardır (Şekil 1). Bu cihazlar bir tür gözlüğü anımsatmakta ve gözlük gibi başa takılarak motorsal hareketler sürecinde de kullanılabilir. Spor bilimi alanında da sıklıkla kullanılan cihaz türü giyilebilir (mobil) göz takip sistemidir (Barfoot ve ark., 2012). Göz takip cihazlarının özellikleri, olumlu ve olumsuz taraflarının karşılaştırılması Tablo 1’de sunulmuştur (Bojko, 2013).



Resim 1. Göz takibi (Eye Tracking): Uzaktan sistem (solda) ve giyilebilir (mobil) sistem (sağda).

Göz takip donanımı ve yazılımı çok pahalıdır. Hangi sistemin kullanılacağına karar vermeden önce ihtiyacın doğru belirlenmesi, kaynakların etkin olarak kullanılması için önemlidir. Göz takip cihazının seçiminde veri (data) kalitesi ilk sırada yer almalıdır. Veri kalitesi ise, göz takip cihazının kayıt altına alabildiği göz bebeği hareketinin örneklem frekansı (sıklığı) ile ölçülebilir. Örneklem frekansı hertz (Hz) cinsinden ölçülür. Yapılacak çalışmanın bilimsel kalitesi, güvenilirliği ve geçerliliği için hertz (Hz) değeri önemli bir faktördür. Daha açık bir ifade ile 50 Hz göz izleme sistemi, katılımcının bakışlarını saniyede 50 kez kaydeder ve 50 örnek üretir. Bu örneklem günlük/yaşamsal ihtiyaçlar için çok hızlı olabilir, ancak göz takip çalışmalarında asıl ölçümün milisaniyeler ile yapıldığı dikkate alındığında, 50 Hz'lik bir cihaz araştırma için yavaş olarak değerlendirilir (Holmqvist ve ark., 2011). Bir örnek vermek gerekirse; 40 ms'yi (0,04 saniye) temsil eden saccade hareketini yakalayabilmek için en az 100 Hz'lik bir cihaz kullanmak gerekmektedir. Göz izleme sistemlerinde, daha yüksek örneklem

sıklığı (Hz) ile daha kesin ve daha doğru veriler elde edilebilmektedir. Ancak, yüksek örneklem frekansına sahip göz takip sistemleri daha pahalıdır ve erişilebilme, yaygın kullanma imkanları daha kısıtlıdır.

Göz takip cihazı yüksek oranda veri üretmekte, kare kare görüntü depolamaktadır. Tercih edilen göz takip sisteminin 120 Hz aralığında çalıştığı ve 30 dakikalık bir kayıt yapıldığı var sayıldığında; saniyede 120 kare veri kayıt edilebilecektir. 30 dakikalık kayıt sonunda ise 200 bin karelik veri depolanmış olacaktır. Bu kadar büyük bir veriyi ancak göz takip sisteminin bilgisayar yazılımı ile analiz etmek mümkün olmaktadır.

Başa takılan göz takip sistemlerinin frekans aralığı masaüstü kullanılan sistemlerin frekans aralıklarına göre oldukça düşüktür. Teknoloji gelişmeye devam ettikçe, mobil sistemlerin bu örnekleme oranları sürekli olarak artmaktadır. 500 Hz'lik bir göz takip sisteminin tüm göz hareketlerini tespit edebileceğiniz genel olarak kabul edilir (Holmqvist ve ark., 2011). Göz takip cihazlarının fiyatları kullandıkları teknolojiye ve kullanım alanlarına göre farklılık göstermektedir.

Hangi tür göz takip sisteminin kullanılacağını, toplanmak istenen verilerin türü ve sporcuların maruz kalması arzu edilen çevresel uyaranların çeşidine göre farklılık gösterecektir. Tasarlanan araştırma programı, katılımcılara bir bilgisayar ekranında sunulan uyaranlarla ilgili verilerin toplanmasını gerektiriyorsa, kullanılması uygun sistem masada, monitöre monte edilmiş bir göz izleyicisi olacaktır. Bununla birlikte, daha ekolojik olarak geçerli ve/veya antrenman ortamında (spor ortamında) veri toplamak istiyorsanız, en iyi seçenek, başa takılan giyilebilir mobil bir sistem olacaktır.

Tablo 1. Temel iki tip göz takip sisteminin karşılaştırılması

| | Uzaktan Eye Tracker | Giyilebilir Eye Tracker |
|---------------------------|--|--|
| Kurulum | Bir katılımcının önünde sabit bir yere yerleştirilir (ör. masa üstüne veya monitörün altına). | Bir katılımcının başına takılır (ör. bir çift gözlük olarak, şapkaya veya bir kafa bandına). |
| Uygulama | Katılımcılar bir yerde oturabilir veya durabilir. Uyaran sabit bir yüzeyde (monitör, projeksiyon vb.) katılımcıya izlettirilir (ör. web siteleri, bilgisayar ekranı veya video gibi ekran uyarıcıları). | Katılımcıların fiziksel nesnelere veya kişilerle birlikte hareket etmelerini ve/veya onlarla etkileşimde bulunmalarını gerektiren çalışmalarda kullanılır (ör. yürüme, koşma, golf, okçuluk, alışveriş yapma). |
| Rahatsızlık Vermek | Giyilebilir sistemlerden daha az rahatsız edicidir. Katılımcılar, çalışma sırasında cihazın varlığını kolayca unutabilirler. | Sistemin başa takılması gerektiğinden daha rahatsız edicidir. Genellikle katılımcı tarafından kısmen görülebilir. Katılımcının bu durumu göz ardı etmeyi öğrenmesi gerekir. Ayrıca hijyen vb. nedenlerden dolayı da kullanıcı tarafından istenmeyebilir. |
| Hareket Özgürlüğü | Katılımcı göz izleyicinin tam önüne konumlandırılmalıdır ve baş hareketinin çok sınırlı olması sağlanmalıdır. Ayrıca katılımcının gözleri ile Eye Tracker arasında hiçbir cisim bulunmamalıdır. | Katılımcı serbestçe dolaşabilir ve nesnelere dokunabilir. Giyilebilir göz takip cihazları kalibrasyon marifetiyle ile aynı mesafedeki nesnelere için doğru sonuçlar verir. Ancak yakın veya uzak nesnelere için doğru sonuçları almak için daha hassas ayarlama yapmak gerekir. Bu duruma paralaks hatası denir ve bu durum yazılım ile düzeltilebilir. |
| Analiz Kolaylığı | Katılımcının başı sabit kaldığından kendisine izletilen ile gözün takip ettiği nesnelere yerleri değişmeden kayıt edilebilir. Veri analizi genellikle daha kolaydır ve daha hızlıdır çünkü veriyi toplamak ve haritalamak daha kolaydır. Ancak, bu durum yalnızca statik uyaranlar için geçerlidir. İçeriğin dinamik olması durumunda (ör., video), kararlı bir koordinat sisteminin olmayışı analizi daha manuel ve zaman alıcı hale getirebilir. | Kaydedilen çevredeki görüntü baş hareketi nedeniyle sürekli değişir. Bunun sonucu olarak, kaydedilen karelerdeki aynı bakış yeri ile çevredeki görüntü farklı noktaları gösterebilir. Bu ayrışma nedeniyle, çoğu zaman veri analizi manuel yapılır ve zaman alıcıdır. Bu sorun, çevreye kızılötesi işaretleyiciler ve/veya belirgin işaretler yerleştirilerek en azından kısmen çözülebilir. Giyilebilir cihazların analiz süreci diğer cihaz türüne göre oldukça uzundur. |

Örneklem grubu kaç kişi olmalıdır?

Göz takip sistemi ile akademik nitelikte çalışma yapılmadan önce ‘güç (power)’ çalışmasının yapılması nitelikli veri sayısına ulaşmak için önemli bir aşamadır. Araştırmanın başarısının yüksek olması için gerekli optimum örnek hacminin belirlenmesi için güç analizine ihtiyaç duyulmaktadır. Araştırmalarda kullanılan göz takip sisteminin yüksek maliyetli olması ve aynı anda sadece tek katılımcı tarafından giyilebilmesi /kullanılabilmesi ve analiz sürecinin çok zaman almasından dolayı araştırmanın kaynakların etkin kullanılmasını gerektirmektedir. Söz konusu zorluklardan dolayı; göz takip sistemi kullanılarak yapılan araştırmalarda, arzu edilen güç verimine ulaşılabilmesi için ihtiyaç duyulan asgari örneklem gurubunun, kaç katılımcıdan oluşturulması gerektiği hususunda temel standartlar oluşturulmuştur (Bojko, 2013). Bu standartlara göre; göz takip sistemi kullanılarak %80 güç etkisine sahip statik bir çalışma (hareket içermeyen görüntü, okuma analizi, web sayfası analizi vb.) planlandığında en az 14 verinin, %90 güç etkisine sahip bir çalışma planlandığında ise en az 21 verinin örneklem gurubunda bulunması gerekmektedir. Göz hareketinin peş peşe olduğu ve göz bebeğinin fixation (odaklanma) noktalarının da analiz edildiği çalışmalarda ise %80 güç etkisine sahip tekrar eden bir çalışma planlandığında en az 21 verinin, %90 güç etkisine sahip bir çalışma için en az 34 verinin örneklem gurubunda olması gerekmektedir.

Veri toplamada yaşanabilecek temel sorunlar/sınırlar

Göz takip cihazı yüksek teknolojiye sahip bir donanım olduğundan, veri toplamaya başlamadan önce nispeten karmaşık ayarlarının doğru yapılması gerekir. Göz takip sistemlerinde veri toplama kalitesini etkileyebilecek çok sayıda faktör vardır. Bunlardan ilki ve en belirgin olanı dış dünyayı ve göz bebeklerini kayıt altına alacak kameraların kurulumu ve kalibrasyonudur. Göz takip cihazı katılımcının göz bebeklerini doğru uzaklıkta ve açıda görebilmelidir. Araştırmacı zaman ile farklı katılımcılar ile çalışarak bu konuda pratik kazanabilecektir. Diğer taraftan doğru ayarlanmış göz takip cihazının dış dünyayı kayıt altına alan kamera ile doğru biçimde kalibre edilmesi gerekmektedir. Veri toplarken göz önünde bulundurulması gereken diğer bir faktör de katılımcılardır. Katılımcıların kullandıkları gözlükler veya kontakt lensler kornea yansımaları engelleyebilir veya bozabilir, bu durum doğru veriyi elde etmeyi zorlaştırır. Ayrıca kirpiklere yapılan maskara vb. uygulamalar veri toplamada sorunlara neden olabilir. Göz takip çalışmalarında veri kalitesini etkileyen diğer bir durum ortam ışığıdır. Güneş ışığı ve/veya yapay ışık kaynakları veri kalitesini etkileyebilir. Ortam ışığının ve güneş ışığının çok fazla olması, göz bebeğine yansıyan ışığın doğru netlikte ölçülmesine engel olabilir. Bu nedenle açık havada kullanılacak olan göz takip cihazının teknik özelliklerinin açık hava araştırmalarına uygunluğu mutlaka kontrol edilmelidir. Araştırmacı, göz takip cihazının teknik kapasitesine göre, ortam ışığının uygun oranlarda olmasına dikkat etmelidir.

Ek bilgi ve kaynaklar

Göz izleme teknolojisinin karmaşık yapısı ve herkes tarafında kolayca ulaşılabilir konumda olmamasından dolayı çok fazla pratik yapma imkanı bulunmamaktadır. Bu nedenle göz takip sistemi ile araştırmaya başlamadan önce teorik bilgilerin, pratik yaparak geliştirilmesine ihtiyaç duyulmaktadır. Göz izleme metodolojisi ve uygulamasıyla ilgili *Göz izleme kullanıcı deneyimi: Araştırma için pratik bir rehber* (Bojko, 2013). *Göz takibi: Yöntemler ve ölçümler için kapsamlı bir rehber* (Holmqvist ve ark., 2011) isimli kitaplarda daha fazla ayrıntıya erişilebilmektedir. Bu kitapların her ikisi de göz izleme yöntemleri için kapsamlı bir rehber olarak değerlendirilebilir. Söz konusu iki kitap; bir göz izleme sistemi kurmak, işletmek ve geliştirmek, göz izleme çalışmasının nasıl planlanıp tasarlanacağı ve göz hareketi verilerinin nasıl kaydedileceği ile verilerin nasıl analiz edileceği konusunda pratik önerilerde bulunmaktadır. Ayrıca, İsveç'te Lund Üniversitesi'nde, Lund Göz İzleme Akademisine (LETA) her yıl göz izlemenin teknik ve pratik yönleriyle ilgili eğitim verilmektedir. Lund'daki kurslar,

dünyanın en deneyimli göz izleme araştırmacılarından bazıları tarafından yürütölmektedir. Lund Üniversitesi'nde düzenlenen bu kurs, göz izleme alanında çalışabilmek için bilinmesi gereken birçok konuyu kapsayan, üç günlük yoğun bir programı içermektedir. Bu kursa, göz takip teknolojisini kullanmak isteyen yeni veya daha ileri seviyede araştırmaları yapmayı hedefleyen bilim insanlarının katılmasının uygun olacağı değerlendirilmektedir. Son yıllarda göz takip cihazı kullanarak spor bilimleri alanında yapılan çalışma örnekleri Tablo 2'de sunulmuştur. Yeni bir çalışmaya başlamadan önce bu cihazları kullanarak yapılan önceki çalışmaların incelenmesi, ileride oluşabilecek muhtemel zorlukların önlenmesine yardım olabileceği düşünülmektedir.

Tablo 2. Beden Eğitimi ve Spor alanında Göz Takip Cihazı (Eye Tracker) ile yapılan güncel çalışma örnekleri.

| Yazar(lar) | Kullanılan Cihaz Türü | Spor Branşı Aktivite | Örnekleme | Anahtar Kelimeler | Araştırmanın Konusu |
|-----------------------------|-----------------------|----------------------|--------------------------------------|---|---|
| Young-nam Seo ve ark., 2018 | Mobil | E-spor | 116 e-spor deneyimi | E-Sporlar, sanal reklamlar, reklam animasyonu, oyun içi dinamikleri, göz takibi | E-spor oyunların yayınlanan reklamların oyuncuların dikkatlerine etkileri. |
| Thomas ve ark., 2018 | Makale İnceleme | Futbol | 38 Makale | Futbol, göz takibi; karar verme, algı, görme alanı | Futbol branşında görsel algı ve arama davranışını ölçmek için kullanılan ve göz hareketini takip eden sistemlerin kullanıldığı 38 makalenin incelenmesi. |
| Alexandra ve ark., 2018 | Uzaktan | Cimnastik | 35 Hakem | Eye Tracking; hakem; resmi spor dalları | Üst düzey cimnastik hakemlerinin değerlendirmeleriyle hakemlerin göz davranışları ilişkisini incelemek. |
| Martijn ve ark., 2018 | Mobil | Voleybol | 40 Voleybol Oyuncusu | Eye Tracking, spor, aydınlatma, yetersiz ışık | Hollanda ulusal kapalı salon voleybol müsabakalarında, voleybol sahası üzerinde meydana gelen ışık miktarının hem amatör hem de profesyonel sporcuların performansına etkisi. |
| Mateusz ve ark., 2018 | Mobil | Eskrim | 12 Elit Eskrim sporcusu | Eskrim, algı stratejileri, el kullanımı, eye tracking | Eskrimcilerin sağ ve sol taraftan yapılan hamlelerdeki görsel algılarındaki farklılıkların incelenmesi. |
| Derek ve ark., 2017 | Mobil | Buz hokeyi | 8 Üniversite Hokey Oyuncusu | Bakış, engelleyici eylemler, beklenti, belirsizlik, buz hokeyi | Buz hokeyi kalecilerinin ‘‘Quite Eye’’ davranışları ile başarılı kale savunması arasındaki ilişki. |
| Hossner E. (Ed.), 2016 | Makale İnceleme | Genel | Joan N. Vickers’in, 16 adet Makalesi | Genel | Joan N. Vickers tarafından yazılan bir ana makale, 16 makale ve bir yazarın cevabını içeren bir inceleme makalesidir. |

Tablo 2. Beden Eğitimi ve Spor alanında Göz Takip Cihazı (Eye Tracker) ile yapılan güncel çalışma örnekleri.

| Yazar(lar) | Kullanılan Cihaz Türü | Spor Branşı Aktivite | Örneklem | Anahtar Kelimeler | Araştırmanın Konusu |
|--------------------------------|-----------------------|----------------------|-----------------------------------|--|---|
| Vickers J. N., 2016 | Genel | Genel | Genel | Spor, bakış, uzmanlık, bilişsel, motor kontrol, dikkat | ''Quite Eye'' teorisinin kurucusu kabul edilen yazarın, konu ile ilgili değerlendirmeleri. |
| Gal Ziv and Ronnie Lidor, 2015 | Mobil | Golf | 72 Beden Eğitimi Bölümü Öğrencisi | Dikkat odağı, görme gücü, motor öğrenme, quiet eye, doğruluk | Golf oynama esnasında iç ve dış dikkat odaklanması sürecinde, dikkat dağıtan ve dağınk (gürültülü) koşulların performansa etkisi. |
| Yusuke ve ark., 2014 | Uzaktan | Basketbol | 8 Elit Basketbolcu | Basketbol, tahmin, görsel arama stratejisi, geçici bilgiler | Basketbol serbest atışı videolarının tekrar hızındaki değişikliklerin, görsel arama stratejisi ve serbest atış başarısının tahmin edebilme becerisine etkisi. |
| José ve ark., 2014 | Mobil | Voleybol | 9 Voleybol Oyuncusu | Algısal uzmanlık, deneysel tasarım, görev özgüllüğü | Video film ortamında izletilen voleybol pozisyonlarında oyuncuların görsel arama davranışları ve sözlü yanıtlarının incelenmesi. |
| David ve ark., 2013 | Mobil | Buz hokeyi | 35 Hakem | Eye tracking, hakem, görsel ipuçları | Farklı beceri düzeylerine sahip buz hokeyi hakemlerinin bakış açısı davranışlarını, karar doğruluğunu ve karar hassasiyetini laboratuvar ortamında incelenmesi. |
| Robert ve ark., 2013 | Mobil | Dart | 24 Dart Oyuncusu | Bağlamsal girişim, motor planlama, algısal motor, süreçler | Bir hareketin başlamasından önceki gözün son sabitlenmesi olarak adlandırılan ''Quite Eye'' hipotezini test etmek. |
| Samuel ve ark., 2010 | Mobil | Golf | 8 Üniversite Öğrencisi | Quite eye, stres, eye tracking | 'Quite Eye'' antrenmanının baskı altında öğrenme ve performans üzerine etkisi. |

Tablo 2. Beden Eğitimi ve Spor alanında Göz Takip Cihazı (Eye Tracker) ile yapılan güncel çalışma örnekleri.

| Yazar(lar) | Kullanılan Cihaz Türü | Spor Branşı Aktivite | Örneklem | Anahtar Kelimeler | Araştırmanın Konusu |
|------------------------|-----------------------|----------------------|-----------------------------|--|---|
| Greg ve Mark, 2010 | Mobil | Futbol | 18 Elit Futbolcu | Anksiyete, futbol, dikkat kontrolü, penaltı atışı, quiet eye | Görsel dikkat dağıtıcı unsurların, futbolcuların dikkat/odaklanma kontrolü ve performansı üzerine etkileri. |
| Rita ve ark., 2008 | Mobil | Basketbol | 6 Elit Basketbolcu | Şut performansı, uzak hedef, serbest atış, sıçrayarak atış | Üç faktörü dikkate alarak basketbolda şut atışı tekniğinin incelenmesi. |
| Sergio ve ark., 2002 | Mobil | Masa Tenisi | 16 Masa Tenisi Oyuncusu | Bakış davranışı, müdahaleci davranışlar, beceri, görsel algı | Masa tenisinde forehand vuruşu sırasında baş, göz ve kol hareketlerinin rolünü belirlemek. |
| Mark A. ve ark., 2002 | Mobil | Bilardo | 24 Bilardo Oyuncusu | Bilardo, algı, görsel arama, quite eye | Uzak ve yakın hedeflere göre Quite Eye davranışının incelenmesi. |
| Saleh A. ve ark., 2002 | Uzaktan | Basketbol | 16 Elit Olmayan Basketbolcu | Dikkatin dış odağı, modelleme, hareket dinamiği, görsel arama kalıpları. | Dikkatin odaklanmasında dışarıdan sözlü yönlendirmenin basketbolda serbest atış performansı üzerine etkileri. |

SONUÇ

Psikoloji, sağlık, mühendislik, pazarlama, reklam vb. birçok alanda yoğun bir şekilde kullanılan göz izleme teknolojisi, sporcuların görme becerilerini, görsel algılama davranışlarını ve bakış açılarını keşfetmek için heyecan verici bir platform oluşturmaktadır. Göz takibi, zihinde işleyen süreçleri başlatan görme aktivitesini kayıt altına alabildiği için bilişsel psikolojiye veri sağlamaktadır. Sporunun motorsal hareket davranışına etki eden durumlarda, karar verme süreçlerinin gözlenmesi ve görsel algılama davranışının fiziksel performansla olası etkilerinin ölçülebilmesi göz takip sistemi ile mümkün olabilmektedir. Ancak söz konusu sistemin çok pahalı olması, birçok alternatif modelin bulunması, kullanımının çok kolay olmaması bu sistemleri kullanacak araştırmacıları endişelendirmektedir. Bu süreçte, yapılması tasarlanan çalışmanın donanımsal ihtiyaçlarının, mekânsal sınırlılıklarının doğru tespit edilmesi ve kaynakların etkin şekilde kullanılması için bir zorunluluktur. Ayrıca çalışmaya başlamadan önce göz takip sistemi ile ilgili teorik-pratik hazırlıkların ve öğrenme sürecinin araştırmacı tarafından tamamlanması gerekmektedir. Göz takip sistemi ile araştırmaya başlamadan önce, nasıl bir sisteme ihtiyaç olduğu net olarak belirlenmelidir. Kullanılacak cihazın teknik özellikleri araştırılmalı ve mümkünse spor bilimleri araştırmaları için en az 120 Hz örnekleme yapabilen cihazlar tercih edilmelidir. Cihazların nasıl kurulacağı ve doğru kalibrasyonun incelikleri araştırmacı tarafından üretici firmadan öğrenilmelidir. Deney ortamı dikkatli planlanmalı, örneklem grubu araştırmanın hedeflerine uygun seçilmelidir. Araştırmaya iştirak edecek katılımcıların kullandıkları gözlükler, lensler ve göz çevresine sürdükleri malzemelerin, toplanacak verinin kalitesini etkileyeceği unutulmamalıdır. Ayrıca gün ışığı ve ortam aydınlatmasının, kullanılacak sistemin sınırlarını aşmamasına dikkat edilmelidir. Bu makalenin, göz takip sistemi ile çalışmaya başlayacak araştırmacıların zihinlerinde oluşabilecek soru işaretlerinin cevaplanmasına ve nasıl bir başlangıç yapmaları gerektiği hususunda fikir sahibi olmalarına yardımcı olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Afonso J., Garganta J., McRobert A., Williams M., Mesquita I. (2014). Visual search behaviours and verbal reports during film-based and in situ representative tasks in volleyball. *European Journal of Sport Science*, 14(2), 177–184.
- Al-Abood S. A., Bennett S. J., Hernandez F. M., Ashford D., Davids K. (2002). Effect of verbal instructions and image size on visual search strategies in basketball free throw shooting. *Journal of Sports Sciences*, 20(3), 271–278.
- Barfoot K.M., Casey M., Callaway A. (2012). Combined EEG and Eye-tracking in Sports Skills Training and Performance Analysis “An Archery Case Study”. University of Surrey.
- Bojko A. (2013). Eye Tracking the User Experience. A Practical Guide to Research. *Rosenfeld Media, LLC*.
- Gidlöf K., Wallin A., Dewhurst R., Holmqvist K. (2013). Gaze Behaviour During Decision Making in a Natural Environment. *Journal of Eye Movement Research*, 6(1), 3, 1-14.
- Gidlöf K. (2015). Visual attention during decision-making in natural environments. Doctoral dissertation. Lund University
- Holmqvist K., Nyström M., Andersson R., Dewhurst R., Jarodzka H., Van de Weijer J. (2011). Eye tracking: A comprehensive guide to methods and measures. *New York: Oxford University Press*.
- Hossner E.J. (Ed.) (2016). Quiet Eye research – Joan Vickers on target. *Current Issues in Sport Science*, 1:100.
- Hancock D. J., Ste-Marie D. M. (2013). Gaze behaviors and decision making accuracy of higher- and lower-level ice hockey referees. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(1), 66–71.

- James E. H. (1998). "Visual Attention and Eye Movements," in Attention, ed. Harold Pashler. *London: University College London Press*.119–154.
- Krede R., Vater C., Klostermann A., Hossner E. J. (2017). Eye-tracking technology and the dynamics of natural gaze behavior in sports: A systematic review of 40 years of research. *Frontiers in Psychology*.
- Lohmeyer Q., Meboldt M., Matthiesen S. (2013). Analyzing Visual Strategies of Novice and Experienced Designers by Eye Tracking Application. International Conference on Engineering and Product Design Education 5-6 September 2013, Dublin Institute of Technology, Dublin, Ireland
- Mark W.A., Robert N. S., Shane G. F. (2002) Quiet Eye Duration, Expertise, and Task Complexity in Near and Far Aiming Tasks. *Journal of Motor Behavior*, 34(2), 197-207.
- McGuckian T. B., Cole M. H., Pepping G. J. (2018). A systematic review of the technology-based assessment of visual perception and exploration behaviour in association football. *Journal of Sports Sciences*, 36(8), 861–880.
- Oliveira R. F., Oudejans R. R. D., Beek P. J. (2008). Gaze Behavior in Basketball Shooting: Further Evidence for Online Visual Control. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 79(3), 399–404.
- Pakkert M., Rosemann A. L. P., Duijnhoven J. Van., Donners M. A. H. (2018). Glare quantification for indoor volleyball. *Building an Environment*.143, 48–58.
- Panchuk D., Vine S., Vickers J. (2015). Eye Tracking Methods in Sport Expertise. *Routledge handbook of sport expertise*. 176–187.
- Panchuk D., Vickers J. N., Hopkins W. G. (2017). Quiet eye predicts goaltender success in deflected ice hockey shots†. *European Journal of Sport Science*, 17(1), 93–99.
- Pizzera A., Möller C., Plessner H., Pizzera A., Möller C., Plessner H. (2018). Research Quarterly for Exercise and Sport Gaze Behavior of Gymnastics Judges : Where Do Experienced Judges and Gymnasts Look While Judging ? *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 89(1), 112–119.
- Rodrigues S. T., Vickers J. N., Williams A. M. (2002). Head, eye and arm coordination in table tennis. *Journal of Sports Sciences*, 20(3), 187–200.
- Robert R. Horn , Michelle S. Okumura , Melissa G. F. Alexander , Fredrick A. Gardin, Curtis T. Sylvester (2012) Quiet Eye Duration Is Responsive to Variability of Practice and to the Axis of Target Changes. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 83(2), 204-21.
- Russell M. D., Stewart T. C. (2015). Eye tracking in sport: A guide for new and aspiring researchers. *Sport & Exercise Psychology Review*, 11(2).
- Seo Y. Nam Kim, M., Lee D., Jung Y. (2018). Attention to eSports advertisement: effects of ad animation and in-game dynamics on viewers' visual attention. *Behaviour and Information Technology*, 37(12), 1194–1202.
- Uchida Y., Mizuguchi N., Honda M., Kanosue K. (2014). Prediction of shot success for basketball free throws: Visual search strategy. *European Journal of Sport Science*, 14(5), 426–432.
- Vickers J. N. (2016). Origins and current issues in Quiet Eye research. *Current Issues in Sport Science*, 1:101.
- Vine S. J., Wilson M. R. (2010). Quiet eye training: Effects on learning and performance under pressure. *Journal of Applied Sport Psychology*, 22(4), 361–376.
- Witkowski M., Tomczak M., Bronikowski M., Tomczak E., Marciniak M., Borysiuk Z. (2018). Visual Perception Strategies of Foil Fencers Facing Right- Versus Left-Handed Opponents. *Perceptual and Motor Skills*, 125(3), 612–625.
- Wood G., Wilson M. R. (2010). A moving goalkeeper distracts penalty takers and impairs shooting accuracy. *Journal of Sports Sciences*, 28(9), 937–946.

Ziv G., Lidor R. (2015). Focusing attention instructions, accuracy, and quiet eye in a self-paced task an exploratory study. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*. 13(2), 104–120.

Geliş Tarihi (Received): 12.06.2019
Kabul Tarihi (Accepted): 29.10.2019
SPORMETRE, 2019,17(4),14-27
DOI: 10.33689/spormetre.576675

KIRMIZI PANCAR SUYU YOLUYLA NİTRAT TÜKETİMİNİN FİZYOLOJİK PERFORMANS VE SAĞLIK ÜZERİNE ETKİLERİ

Recep AYDIN¹, Fırat AKÇA², Dicle ARAS², Mine BAYDAN³

¹ Bartın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Bartın

² Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

³ Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Odyoloji Bölümü, Ankara

Öz: Son yıllarda aktif kaslara oksijen taşınmasını artırmaya yönelik beslenme uygulamalarından yüksek nitrat içeriği dolayısı ile kırmızı pancar suyu ön plana çıkararak spor beslenmesinde popülerliğini arttırmaya başlamıştır. Literatürdeki çalışmalar kırmızı pancar suyu tüketiminin çeşitli spor dallarında performansı arttırdığını ve genel toplum sağlığını iyileştirmeye yönelik de faydalarının olabileceğini göstermektedir. Bu çalışmanın amacı kırmızı pancar suyu tüketiminin sportif performans ve sağlığın iyileştirilmesi üzerine etkilerini ortaya koymak ve olası etki mekanizmalarını açıklamaktır.

Anahtar Kelimeler: Nitrat, pancar suyu, beslenme, performans, sağlık

THE EFFECTS OF NITRATE CONSUMPTION THROUGH BEETROOT JUICE ON PHYSIOLOGICAL PERFORMANCE AND HEALTH

Abstract: In recent years, beetroot juice has started to increase its popularity in sports nutrition due to its high nitrate content from nutrition applications to increase the oxygen transport to active muscles. Several studies in the literature show that beetroot juice consumption improves performance in various sport branches and may have benefits to improve general public health. The aim of this study is to demonstrate the effectiveness of beetroot consumption on athletic performance and to explain possible mechanisms of action.

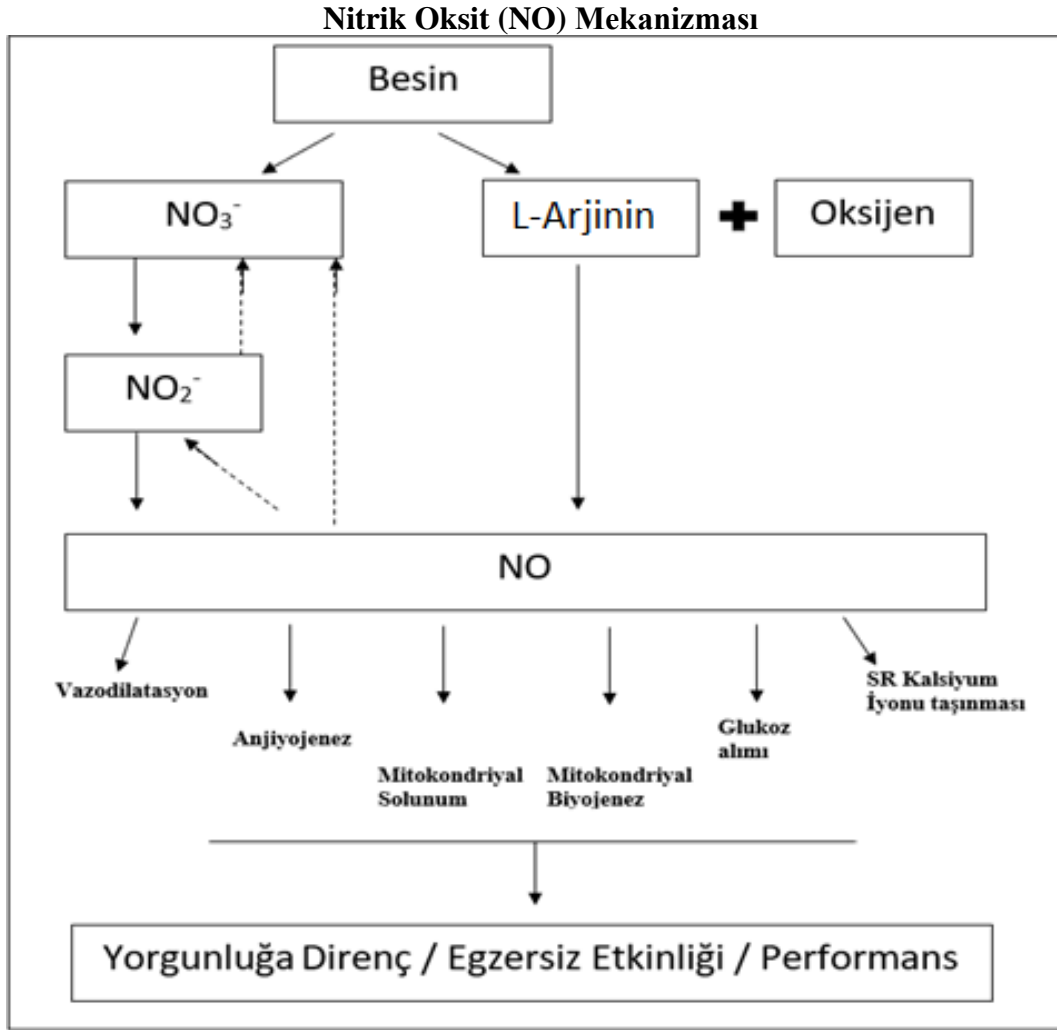
Key words: Nitrate, beetroot juice, nutrition, performance, health

Nitrik oksit ve Genel Bakış

Nitrik oksit (NO) diğer bir adı ile azot oksit ya da azot monoksit, vücudun çeşitli yerlerinde sentezlenen, çözünür gaz halindeki bir moleküldür. NO'nun biyosentez oluşumu ve bilimsel önemi 1980'li yıllarda yapılan çalışmalarda ortaya çıkmıştır. Bu yıllar içerisinde NO'nun tanımlanmasından kısa bir süre sonra, bu molekülün oluşumu; özel olarak nitrik oksit sentaz (NOS) enzimlerinin kompleks bir enzimatik reaksiyon ile katalize olarak ve L-arginin bileşenleri ile moleküler oksijen bileşiminden olduğu ortaya çıkmıştır (Schmidt ve ark., 1988). Daha sonra NO, biyolojideki gelişmeler ile birlikte farmakolojik ve fizyolojik çalışmalarda kullanılan önemli bir araştırma konusu haline gelmiştir. Önceleri nitrik oksitin (NO) sadece “nitrik oksit sentaz (NOS) enzimleri tarafından katalize edilen bir reaksiyonda” ve “L-argininin oksidasyonu” yoluyla üretildiğine; dolayısıyla nitrat (NO³⁻) ve nitritin (NO²⁻) sadece endojen olarak üretildiğine inanılıyordu. (Schmidt ve ark., 1988).

Temel olarak NO'nun ana oksidasyon ürünleri nitrat ve nitrit (Lundberg ve ark., 1994) olarak bilinmekle birlikte o yıllarda, egzersiz fizyolojisi ve sporcu beslenmesi içerisinde ilgi görmemiştir. Devamında NO, çoğu yerde "ilave" ya da “potansiyel ergojenik yardımcı” madde olarak ön görülmeye ve satılmaya başlanmıştır. Doksanlı yılların sonunda, çeşitli çalışmalar ile nitrik oksitin kas kontraksiyonu, mitokondriyal solunum ve kan akışının düzenlenmesi de dâhil olmak üzere egzersiz ve toparlanma ile ilgili birçok fizyolojik süreçte önemli rol oynadığı ortaya konmuştur (Stamler ve Meissner, 2001). Geleneksel olarak NO üretim yoluna

baktığımızda, özel NOS enzimleri kompleks bir reaksiyonu katalize eder ve L-arjinin ile oksijen substratlarından NO oluşur (Moncada ve Higgs, 1993).



Şekil 1. NO oluşum ve etki mekanizması (Jones, 2014'den uyarlanmıştır)

Nitrik oksit, nitrit oksit sentezi tarafından katalize edilmiş bir reaksiyonla L-arginin ve oksijen yüzeylerinden üretilir. NO daha sonra NO^3 - ve NO^2 - için oksitlenir. Vazodilatasyon, anjiyojenez (kan damar oluşumu), mitokondriyal solunum, mitokondriyal biyojenez, glukoz alımı ve sarkoplazmik retikulumda kalsiyum iyonu taşımada rol oynayarak, yorgunluğa dirençte ve egzersiz etkinliğini arttırmada rol oynamaktadır.

Pancar Suyu – Nitrat (NO^3 -)

Yeşil yapraklı ve yumru köklü sebzeler, nitratın ana kaynağıdır (NO^3 -). Çok yüksek NO^3 - konsantrasyonuna sahip sebzeler (250 mg / 100 g) ıspanak, roka, tere, marul, kereviz, turp, İsviçre pazısı, chervill (Frenk maydonozu) ve kırmızı pancardır (Santamaria, 2006). Bu sebzeler diğer besinsel içerikler yanında, L-arjinin ve/veya L-sitrulin içerir. L-sitrulin ve L-arginin, NO'nun alternatif bir vericisi olabileceği öne sürülmüştür (Besco ve ark., 2012). L-arginin, diyet proteinlerinin doğal bir bileşeni olan bir amino asit olarak kabul edilir. Deniz ürünleri, karpuz, kabuklu yemişler, algler, kırmızı ve beyaz et, pirinç protein konsantresi ve soya proteini içerisinde L-arginin oranı nispeten yüksektir (King ve ark., 2008).

Yakın zamanda, nitrat içeren ürünler içerisinde, doğal bir ürün olarak sıklıkla pancar suyu kullanılmıştır (Jones, 2016). Vücuda diyet ile alınan inorganik nitrat, plazmada dolaşır ve bir

kısmı tükürük bezleri tarafından alınarak tükürükte konsantre olur (Spiegelhalder ve ark., 1976). Dolaşıma girmeden önce nitrat, tükürük bezleri tarafından aktif olarak emilir ve ağızdaki bakteriler, nitrattan nitrite indirgemede konsantre olurlar. Daha sonra, yutulan nitritin bir kısmı emilir ve uygun fizyolojik koşullar altında kan ve dokularda NO'e dönüştürülebilir plazma nitritini artırmaya yarar. (Lundberg ve Weitzberg, 2009). Dil yüzeyindeki kriptlerde bulunan, az veya hiç oksijen olmayan yerlerde yaşayabilen bakteriler (komensal fakültatif anaerobik bakteriler), nitratı nitrite indirgemektedir (Dunkon ve ark., 1995; Govoni ve ark., 2008). Yutulan nitritin bir kısmı midenin asidik ortamında NO durumuna indirgenir. Fakat sistematik dolaşıma önemli bir miktarda NO²⁻ girer ve plazma nitrit konsantrasyonu yükselir (Dejam ve ark., 2004; Lundberg ve Govoni, 2004). Bol miktarda NO³⁻ alımının ardından, kan plazmasındaki nitrat konsantrasyonu 1-2 saat sonra zirve yapar. 2-3 saat sonra da kan plazmasındaki NO²⁻ zirveleri oluşmuş olur, bu noktadan sonra her ikisi de giderek düşer ve yaklaşık 24 saat sonra başlangıç değerlerine geri döner (Wilkerson, 2012). Bu işlem, iskemi, hipoksi ve düşük pH ortamı yaratılan koşullarda daha da kolaylaşarak nitrik oksit'in en fazla ihtiyaç duyulduğu yerde üretilmesine olanak tanır. Öyle ki, bu koşullar egzersiz sırasında iskelet kasında meydana gelebilen durumlardır (Modin ve ark., 2001; Richardson ve ark. 1995). Nitrat takviyesinin, hipoksi ve iskemide performansın artırılmasında özellikle etkili olduğu bazı çalışmalarla da desteklenmiştir (Kenjale ve ark., 2011; Vanhatalo ve ark., 2011; Masschelein ve ark., 2012).

Hayvanlar ile yapılan bazı çalışmalarda NOS inhibisyonu, endojen nitrik oksit üretimini azaltarak, köpeklerde (Shen ve ark., 1994), ratlarda (Lacerda ve ark., 2006) ve atlarda (Kindig ve ark., 2002) VO₂ dinamiklerini olumlu yönde etkilemiştir. Pancar suyundan elde edilen nitratın etkileri hızlı gibi gözükmemekte ve nitrat bakımından zengin besinlerin alınması birkaç saat içinde kardiyovasküler yanıtı etkileyebilmektedir (Webb ve ark., 2008).

Antioksidan olarak Pancar Suyu

Yeşil çay, narenciye, zerdeçal, çilek gibi bazı besinlerin içerdiği doğal antioksidanların, serbest radikalleri temizlemede çok etkili oldukları ve hem gıdaların bozulmasını hem de insan dokularının zararlarını geciktirebileceği gösterilmiştir (Wu ve ark., 2013; Tongnuanchan ve ark., 2012; Sonkaew ve ark., 2012). Sebzelere bulunan nitrat seviyelerinin büyük bir değişkenlik gösterdiği ve- sebzenin hasat edildiği zamanki tazelik ve çiftçilik uygulamalarının, sebzenin nitrat seviyesinde önemli bir rol oynadığı gösterilmiştir. Azot içeren gübre ile yetiştirilen taze sebzeler daha fazla miktarda nitrat üretecektir. Bu nedenle, organik olarak yetiştirilen sebzelerin daha düşük nitrat seviyelerine sahip olması muhtemeldir (Byran ve Hord, 2010).

Tablo1. Farklı gıda kaynaklarının nitrat içerikleri (Byran ve Hord, 2010'dan uyarlanmıştır).

| Nitrat Seviyesi | Taze sebze / Kg başına | Ürünler |
|------------------------|-------------------------------|--|
| Çok Yüksek | 2500mg (40mmol) | Pancar ve suyu, kereviz, marul, ıspanak |
| Yüksek | 1000-2500mg (18-40mmol) | Çin lahanası, kereviz, hindiba, pırasa, maydanoz |
| Ortalama | 500-1000mg (9-18mmol) | Lahana, dereotu, şalgam, havuç suyu |
| Düşük | 200-500mg (3-9 mmol) | Brokoli, havuç, karnabahar, kabak |
| Çok Düşük | <200mg (<3mmol) | Kuşkonmaz, enginar, bakla, bezelye, domates, karpuz, tatlı patates, patates, sarımsak, soğan, mantar |

Bitkisel açıdan zengin bir diyetin büyük ölçüde kardiyovasküler faydalara sahip olduğu ve daha uzun bir yaşam süresiyle ilişkilendirilebileceği kanıtlanmıştır (Appel et al., 1997). Diyetle alınan nitratin, kan basıncını azaltabileceğinden kardiyopreptik olduğu düşünülmektedir (Gilchrist ve ark., 2010). Bu yararların özellikle yeşil yapraklı sebze ve pancar gibi besinlerin yüksek NO₃ içeriğine bağlı olabileceği öne sürülmüştür (Hord ve ark., 2009). Kırmızı pancar; içecek, şeker, süt ve sığır ürünlerinde gıda renklendiricisi ve katkı maddesi olarak kullanılan Betanin (E162) de içeren yüksek betalain konsantrasyonlarına sahiptir (Esatbeyoğlu ve ark., 2015; Ravichandran ve ark., 2013; Wettasinghe ve ark., 2002). Suda çözünen betalain pigmentleri, düşük konsantrasyonlarda insan akciğer kanserine ve anti-tümör özelliklerine karşı anti-radikal, antioksidan, anti-enflamatuar, hepatoprotektif de dâhil olmak üzere birçok biyolojik aktiviteye sahiptir (Cai, ve ark., 2005; Ravichandran ve ark., 2013; Wootton-Beard ve Ryan, 2011). Ayrıca, pancar ve bileşenlerinin antioksidan olma durumu, egzersizli sürdürme yeteneğini artırabilir veya egzersiz performansının iyileşmesine yardımcı olabileceği düşünülmektedir (Ormsbee ve ark., 2013).

NO ve Egzersiz Performansı İlişkisi

NO, düz kası gevşeterek ve kan dolaşımını iyileştirerek vazodilatasyonda önemli bir rol oynayan güçlü bir sinyal molekülüdür (Nicholas ve ark., 2017). Egzersizde nitrik oksit'in ergojenik bir katkı sağlayacak şekilde etki edebileceği düşünülen fizyolojik parametreler şunlar olabilir: iskelet kası kontraktilesi ve mitokondriyal verimlilik, glukoz homeostazi ve solunum aktiviteleri (Stamler ve Meissner, 2001). İskelet kası, kardiyovasküler ve metabolik kontrol üzerine önemli katkı sağladığı bilinmesine rağmen (Joyner ve Tschakovsky, 2003), egzersiz performansını artırması konusunda, nitrit oksit'in besin takviyesi olarak alınmasının gerekliliği halen tartışılmaktadır (Álvares ve ark., 2011; Bescós ve ark., 2012). Yapılan bilimsel çalışmalarda, ticari olarak satılan NO takviyelerindeki bileşen (L-arginin ve L-sitrülin) miktarlarının son derece düşük olduğu, bu miktarların NO ile ilişkilendirilen mekanizmaları indüklemeye etkisiz olduğu saptanmıştır (Bloomer ve ark., 2010). Bu nedenle, nitrik oksit içeren çoğu çalışmada, insan performansı üzerindeki etkisini değerlendirmek için farmasötik ürünler kullanılmıştır (Koppo ve ark., 2009).

Pancar Suyu/Nitrat Kullanımının Aerobik Yüklenmelere Ergojenik Etkileri

Literatürdeki çalışmalara bakıldığında, aerobik metabolizmanın baskın olduğu sporlar üzerinde olumlu etkileri ile nitrat takviyesinin, aerobik egzersiz kapasitesini artırdığını, bunun yanı sıra egzersiz sırasında algılanan zorlanma derecesini düşürdüğü ve yorgunluk süresini de uzattığı saptanmıştır (Wilkerson ve ark., 2012; Christensen ve ark., 2013; Bond ve ark., 2012; Cermak ve ark., 2012; Cermak ve ark., 2012). Nitratin, dayanıklılık egzersizinde performansı artırmak için 6 dakika ila 2 saat arası aktivitelerde ağırlıklı olarak kullanıldığı görülmektedir (Bangsbo ve ark., 2007; Krstrup ve ark., 2003; Mohr ve ark., 2007).

Lansley ve ark. (2011) yaptıkları çalışmada pancar suyu tüketimi, plazma nitritini %105 oranında arttırmış ve %7 daha iyi bir egzersiz ekonomisi sergilediklerini saptamıştır. Pancar suyu tüketiminin aerobik performans yararı açısından etkisinin yüksek NO³⁻ içeriğine bağlı olduğunu göstermişlerdir. Başka bir çalışmada ise Clifford ve ark., (2017) pancar suyunun maraton yarışı sonrasında kas fonksiyonu üzerinde iyileşmeyi arttıracığı ve uzun mesafe koşucuları arasında sık rastlanan akut inflamatuvar durumları azaltarak kas ağrılarını minimuma indireceği hipotezini savunmuşlardır. Ancak hipotezlerinin aksine maraton sporcularında pancar suyu tüketiminin kas ağrılarında herhangi bir azaltma-hafifletme sağlamadığı sonucuna ulaşmışlardır.

Bailey ve arkadaşları 6 gün boyunca 500 mL /gün nitrat açısından zengin pancar suyu tüketiminden sonra VO_2 kinetiğinde önemli bir iyileşme olduğunu dile getirmişlerdir. Düşük-orta yoğunlukta egzersiz sırasında pulmoner yanıtta %19'luk bir azalma görülmüş, bisiklet ergometresi testi sırasında yorgunluk süresini, plasebo grubuna kıyasla (~%14) uzattığını göstermişlerdir (Bailey ve ark., 2010).

Elit yüzücüler ile yapılan bir çalışmada bir haftalık pancar suyu kullanımının performansa etkileri incelenmiştir. 14 sporcu ile gerçekleştirilen bu çalışmada, kontrol grubuna egzersizlerinden sonra artım kontrollü yüzme testi (CSW), diğer gruba ise altı gün pancar suyu tüketiminden (yaklaşık 0.5 mmol / gün organik pancar suyu yaklaşık 5.5 mmol NO^{3-} içeren) sonra yüzme testi uygulanmıştır. Sonuç olarak pancar suyu tüketiminin elit yüzücülerin performansını olumlu yönde etkileyebileceğini gösteren veriler sunulmuştur. Bu yararlı etki, anaerobik eşik değerinde aerobik enerji maliyetinin ve artan iş yükünün azalması dolayısıyla oluşurken, maksimum oksijen alımı ve maksimum iş yükünün etkilenmediği görülmektedir. Pancar suyunun egzersiz öncesinde diyet ile alımının elit yüzücüler için faydalı olup olmayacağını açıklığa kavuşturmak için daha fazla sayıda ve daha detaylı araştırmalara ihtiyaç olduğuna da dikkat çekmişlerdir (Pinna ve ark., 2014).

Diyetle birlikte nitrat alımının profesyonel kanocuların submaksimal ve supramaksimal egzersiz parametreleri üzerine etkisinin belirlemesi üzerine yapılan bir çalışmada, deney grubuna egzersizden 3 saat önce 70ml/100g tek doz pancar suyu, plasebo grubuna ise aynı oranda domates suyu içirmişlerdir. Sonuç olarak, egzersiz parametrelerinde herhangi bir değişiklik görmemişlerdir. Bunu da pancar suyunun tek dozda alınmasına bağlamışlardır (Muggeridge ve ark., 2013).

Benzer başka bir çalışmada, tek doz konsantre pancar suyu alımının, belli bir yüksekliğe maruz kalmış (2500 metre) bisikletçilerde submaksimal egzersiz ve zaman deneme testi performansındaki fizyolojik cevaplar üzerine etkilerini araştırmışlardır. Çalışmada, egzersizden 3 saat önce alınan 70ml BR'nin VO_2 maliyetinde önemli bir azalmaya ve submaksimal egzersiz sırasındaki SpO_2 'de küçük bir artışa neden olduğunu ve bunun da zaman deneme testi (16,1 km) performansını arttırdığını göstermişlerdir. Araştırmacılar, her ne kadar pancar suyunun bu irtifadaki egzersiz için pratik ve etkili bir ergojenik yardımcı olduğunu bildirmiş olsalar da performansı en üst düzeye çıkarmak için bu etkiden sorumlu mekanizma ve optimum takviye stratejisinin araştırılmasının gerekliliğini bildirmişlerdir (Muggeridge ve ark., 2014).

Boorsma ve ark., (2014) “Pancar Suyu Eklemesi Elit 1500 m' Koşucularının Performansını Artırmıyor” başlıklı çalışmalarında, pancar suyu ile diyet nitrat takviyesinin ergojenik yardımcı olarak fazlaca ilgi gördüğünü dile getirmişlerdir. Bu çalışmada submaksimal sürede akut ve kronik olarak pancar suyu tüketiminin VO_2 maliyeti üzerindeki etkilerini ve 8 elit mesafe koşucusunda 1500 m zaman deneme test performansını araştırmışlardır. Çalışma sonucunda, akut ve kronik olarak pancar suyu takviyesinin, elit mesafe koşucularında VO_2 maliyetini azaltmadığı ve 1500 m zaman deneme performansını iyileştirmediğini göstermişlerdir (Boorsma ve ark., 2014).

Hipoksik koşullarda nitrat takviyesinin etkilerinin araştırıldığı bir çalışmada; konsantre pancar suyu takviyesi olarak sunulan akut diyet NO^{3-} normobarik hipoksida profesyonel koşucuların dayanıklılık performansını artıracığı varsayılmıştır. Çalışma sonucunda, zaman denemeli performans testi üzerinde pratik olarak anlamlı hiçbir faydalı etki gözlemlenmemiştir. NO^{3-} aynı zamanda oksijen maliyetini, arteriyel oksijen saturasyonunu, kalp atım hızını veya algılanan zorluk derecesi (RPE) 'ni de değiştirmemiştir. Akut diyetle alınan NO^{3-} takviyesinin,

normobarik hipoksizde elit sporcuların koşu performansını sürekli olarak artıramadığını da söylemişlerdir (Arnold ve ark., 2015). Pancar suyu ile beraber nitrat desteğinin, tip II kas liflerinde kalsiyum emilimini ve kuvvet üretimini özellikle iyileştirebileceği gösterilmiştir (Hernandez ve ark. 2012). Aerobik dayanıklılık üzerine yapılan çalışmalarda olduğu gibi güç çıkışları üzerinde nitrat takviyesinin etkisinin olumlu yönde olduğu savunulsa da (Cermak ve ark., 2012), nitratın herhangi bir etkisinin olmadığını gösteren araştırmalar da mevcuttur (Wilkerson ve ark., 2012). Bu bağlamda Lansley ve ark., (2011) tarafından yapılan bir çalışmada 9 bisikletçi ile güç çıkışı, oksijen tüketimi ve zaman denemeli (TT) bisiklet testleri uygulandı. Çalışmada plasebo grubu ile pancar suyu (500 mL 6.2 mmol NO³⁻) içirilen gruplar arasındaki çıktılara bakıldığında; pancar suyu tüketimi, plazma nitritini % 138 arttırdı. 4 km ve 16 km zaman denemeli test bitirme süresini önemli ölçüde azalttığı görülmüştür. Sırasıyla, 4 km için % 2.8 ve % 5 ve 16 km için (% 2.7 ve % 6) güç çıktısını artırdığını saptamışlardır. Bailey ve ark., 2010 yapmış oldukları çalışma sonucunda pancar suyu alımının, ortalama plazma nitritini %96 arttırdığını ve kas deoksihemoglobin oranını %13 azalttığını; bu durumda da fraksiyonel oksijenin azaldığını bildirmişlerdir. Artan diyet inorganik NO³⁻ tüketiminin yüksek yoğunluklu egzersiz toleransını geliştirme potansiyeline sahip olduğu sonucuna varmışlardır.

Pancar Suyu/Nitrat Kullanımının Aralıklı Yüklenmelere Ergojenik Etkileri

Takım sporları, raket sporları ve mücadele sporları gibi bazı branşlar hemen arkasından dinlenme periyodlarının geldiği birçok yüksek şiddetli aralıklı eforları içerirler. Özellikle takım sporları 3-4 saniyelik çok yüksek şiddetli yüklenmelerin arkasından gelen aktif dinlenme periyodlarına sahiptir (Kilit ve Arslan, 2017). Raket sporlarında 7-10 saniyelik yüklenmeler 10-16 saniye arasında dinlenme periyodları ile bölünür ve dövüş sporlarında ise 15-30 saniyelik yüklenmeler, 5 dakika süresince 5-10 saniyelik dinlenmelerle sergilenir (Kilit ve Arslan, 2019). Tüm bu yüklenmelerin yüksek performansla sergilenebilmesi performans için kritik öneme sahiptir. Bu tür yüklenmelerde performansı arttırmak için yapılan besinsel ergojenik yardım stratejileri arasında pancar suyunun da kullanımı artmaktadır (Spencer ve ark., 2005; O'Donoghue ve Ingram, 2001; Felipe ve ark., 2016).

Wylie ve arkadaşları (2013), takım sporları ile uğraşan 14 kişi ile yaptıkları bir çalışmada 490ml/100gr konsantre pancar suyu tüketimi yoluyla NO³⁻ takviyesinin performans sırasında kaslara glikoz alımını kolaylaştırarak ve kas eksitabilitesini daha iyi koruyarak Yo-Yo IR1 test performansını arttırdığını saptamışlardır. Takım sporcuları ile yapılan bir başka çalışmada, 7 gün süresince 12.8 mmol NO³⁻ içeren pancar suyu tüketen katılımcıların bisiklet ergometresinde maça benzetilen bir protokole; 2 setten oluşan ve her setin 40 dakika sürdüğü testin orta ve son bölümlerinde yer alan 6'şar saniyelik sprintlerin 14'er saniyelik dinlenmelerle uygulandığı aralıklı sprint performansında ve toplam iş kapasitesinde yaklaşık %3.5'lik artış saptanmıştır (Thompson ve ark, 2015). Buck ve ark (2015) 6 gün boyunca günde 6.4 mmol NO³⁻ içeren pancar suyu ve beraberinde (ya da ayrı ayrı) sodyum fosfat tüketen kadın katılımcıların 60 dakikalık maç simülasyonu şeklinde bisiklet ergometresi üzerinde yapılan testlerinin 6 x 20 metrelik, aralarında 25'er saniye dinlenme bulunan son sprint evrelerinde pancar suyunu tek başına kullanan grupta performansta farklılık görülmemiş, ancak sodyum fosfat ve pancar suyu birlikte alındığında performansta anlamlı gelişmeler görülmüştür.

Onbeşer saniyelik VO₂Maks'ın %170'i şiddetinde bisiklet ergometresinde tükenene kadar sprintler içeren (hep sprint arasında 30'ar saniye dinlenme ile) test içeren bir çalışma öncesinde tek doz (yaklaşık 10.9 mmol NO³⁻) pancar suyu kullanımı (testten 180 dakika önce) sonrası sonuçlar incelenmiş ve pancar suyu kullanımı sonrası yapılan sprint sayısında ve yapılan toplam işte yaklaşık %20'lik bir artış tespit edilmiştir (Aucouturier ve ark, 2015). Pancar suyu

kullanımının aralıklı yüklenmeler üzerine etkisi halen belirsiz olup, daha fazla sayıda çalışmaya ihtiyaç bulunmaktadır.

Pancar Suyu/Nitrat Kullanımının Kuvvet üzerine Etkileri

Pancar suyu veya nitrat içeren besin veya takviyelerin kuvvet performansına etkisinin araştırıldığı çalışmalara literatürde sık rastlanmamakla birlikte sınırlı sayıdaki çalışmanın sonucu potansiyel olarak olumlu bir etkisi olabileceğini göstermektedir.

Mosher ve ark (2016), 1 tekrar maksimum bench press'in %60'ı şiddetinde 3 set boyunca (setler arası 2dk. dinlenme ile) maksimum tekrar sayısı yapılan bir protokolde pancar suyunun etkilerini araştırmış, plasebo grubuna göre pancar suyu tüketen grup lehine anlamlı şekilde tekrar sayılarında artış saptamışlardır. Düzenli olarak direnç egzersizi yapan 14 yetişkin erkek ile yürütülen bir başka çalışmada, yüksek şiddetli bir direnç egzersizi sırasında fizyolojik değişkenlerin yanısıra EMG ile kassal aktivite, hareket ekonomisi vb. hareket verimliliği ile ilişkili parametreler ölçülmüş ve kalp atım hızı ve laktat düzeyi gibi parametrelerde plasebo grubuna benzer sonuçlar ortaya çıkmakla birlikte pancar suyu tüketen grubun EMG sinyalleri daha yüksek bulunmuş ve egzersiz sırasındaki hareket ekonomisi ve iş verimliliği parametrelerinde daha iyi sonuçlar elde edilmiştir (Flanagan ve ark, 2016).

Tablo 2. Pancar suyu (Beetroot Juice[BR]) üzerine yapılmış bazı çalışmalar ve fizyolojik yanıtlar

| Yazarlar | Katılımcılar | Metod | BR alım miktarı / Diğer alım | Sonuçlar |
|---------------------------|--|-----------------------------------|---|--|
| Wylie ve ark., 2013 | 10 sağlıklı erkek | Çapraz ölçüm | - 70 mL (4.2 mmol NO ³⁻), - 140 mL (8.4 mmol NO ³⁻), - 280 mL (16.8 mmol NO ³⁻) BR. | - 140 mL ve 280 mL BR alımı, orta yoğunlukta egzersizi sırasında VO ₂ maliyetini %1,7 ve %3,0 oranında düşüş görüldü. - 70 mL'lik BR alımı, orta yoğunlukta veya yoğun şiddetli egzersizde, fizyolojik cevapları aynı - 16.8 mmol'lik BR alımı 8.4 mmol'lük NO ³⁻ a kıyasla ek bir fayda yok |
| Masschelein ve ark., 2012 | 15 aktif sağlıklı erkek | Tek kör ve çapraz ölçüm | - 0.07 mmol / kg / gün ve plasebo - 6 gün boyunca | - Hipoksi sırasında, istirahat ve orta yoğun egzersiz sırasında arteriyel O ₂ doygunluğu %3,5 ve %2,7 daha yüksek - BR, plasebo grubuna kıyasla VO ₂ maliyetinde azalma |
| Kelly ve ark., 2013 | Rekreasyonel açıdan 9 aktif sağlıklı erkek | Çift kör ve çapraz ölçüm | - 500 mL BR ve plasebo - 7-12 gün boyunca | - BR ile %60, %70 ve %80 şiddetli bisiklet ergonometre performansında %17, %16 ve %12 oranında artış |
| Kenjale ve ark., 2011 | Periferik arter hastalığı olan 8 birey | Açık uçlu çapraz ölçüm | - 500 mL BR (18.1 mmol/ NO ³⁻) ve plasebo | - Ağrıdan kaynaklanan topallamaya kadar %18 daha uzun yürüyüş ve % 17 daha uzun tepe yürüyüşü - O ₂ ekstraksiyonunda azalma |
| Wilkerson ve ark., 2012 | 8 erkek elit bisikletçi | Çift kör ve çapraz ölçüm | - 500 mL lt BR / gün | - 50 mil TT (Zaman Denemeli) performansında %0,8 oranında gelişim - Güç çıkışlarında farklılık yok - BR, plaseboya kıyasla VO ₂ maliyetinde azalma |
| Christensen ve ark., 2013 | 10 elit bisikletçi | Tek kör ve çapraz ölçüm | - 500 mL BR ve plasebo - 6 gün boyunca | - VO ₂ kinematikleri veya performansı üzerinde etki yok |
| Bond ve ark., 2012 | 14 erkek elit kürekçi | Çift kör ve çapraz ölçüm | - 500 mL BR/gün (5.5 mmol NO ³⁻) ve plasebo - 6 gün boyunca | - Tekrarlanan yüksek yoğunluklu kürek ergometresi performans sürelerinde, tüm tekrarlamalarda %0,4, egzersizin sonraki aşamalarında ise %1,7 oranında gelişim |
| Cermak ve ark., 2012 | 12 erkek profesyonel bisikletçi | Çift kör ve çapraz ölçüm | - 140 mL konsantre BR (8 mmol NO ³⁻) ve plasebo | - BR alımı ile ortalama VO ₂ maliyeti maksimal gücün %45 ve %65'inde plaseboya göre daha düşük. - 10 km TT (Zaman Deneme testi)'nin tamamlanması BR ile plaseboya göre %1,2 daha hızlı %2,1 oranında daha yüksek güç çıkışı.. |
| Lansley ve ark., 2011 | 9 sağlıklı aktif erkek | Çift kör ve çapraz ölçüm | - 500 mL BR (6.2 mmol / gün NO ³⁻) ve plasebo | - Orta ve yüksek şiddet egzersizde VO ₂ maliyeti %7 daha az - Yoğun şiddette koşu sırasında yorulma eğişi arttı. |
| Vanhatalo ve ark., 2011 | 9 sağlıklı birey | Çift kör ve çapraz ölçüm | - 750 mL of BR (9.3 mmol NO ³⁻) ve plasebo | - BR alımı, yüksek yoğunluklu egzersiz sırasında, hipoksik kas metabolik pertürbasyonunu azalttı - BR alımı egzersiz toleransını normoksik koşullara geri döndürdü. |
| Bailey ve ark., 2010 | 19-38 yaş aralığında 7 erkek | Çift kör ve çapraz ölçüm | - 500 mL BR (5.1 mmol/gün NO ³⁻) ve plasebo | - Düşük yoğunluklu egzersiz sonrasında dinlenme olmadan pulmoner VO ₂ artışında % 25 azalma. - Düşük yoğunlukta egzersizin son 30 saniyesindeki VO ₂ 'de ve ortalama VO ₂ 'de belirgin bir azalma. - Düşük yoğunluklu egzersiz sırasında PCr bozulmasında % 36'lık azalma. - Yüksek yoğunluklu egzersiz sırasında PCr'de% 59 azalma. |
| Cermak ve ark., 2012 | 20 erkek elit bisikletçi | Çift kör ve tekrarlı çapraz ölçüm | - Tek doz sıvı kapsül BR (140 mL/8.7 mmol NO ³⁻) ve plasebo - TT'den 1 saat önce | - Plazma nitrit konsantrasyonları BR alımından sonra anlamlı derecede yüksek - TT (Zaman Deneme) performansında, güç çıkışında veya kalp atım hızlarında değişiklik yok |

**VO₂: Oksijen tüketimi, BR: Beetroot Juice, NO³⁻: Nitrat, PCr: fosfokreatin, TT(time trial, zaman deneme performans testi);, mmol: milimol, mL: mililitre

Pancar Suyu- Doz İlişkisi

Doz üzerinden yapılan çalışmalara bakıldığında, nitrat takviyesinin tek doz üzerinden (140 mL NO³⁻, 70 mL NO³⁻) verildiğinde performans parametreleri üzerinde etkisinin olmadığı veya daha az olduğu görülmektedir (Cermak ve ark., 2012; Muggeridge ve ark., 2014). Çalışmalar aerobik enerji metabolizmasının baskın olduğu spor branşları üzerinde, yaklaşık 1-2 hafta (6-12 gün) arasında egzersiz öncesi alınan nitratın (8.4 mmol NO³⁻, 0.07 mmol/kg/gün, 18.1 mmol/NO³⁻, 5.5 mmol NO³⁻.) oksijen tüketim değerleri ve bazı performans parametreleri üzerinde olumlu etkisinin olduğunu göstermektedir (Masschelein ve ark., 2012; Bond ve ark., 2012; Kelly ve ark., 2013; Christensen ve ark., 2013).

Bir diğer çalışmada hem kafein hem de pancar suyunun bisiklet sporcuları üzerindeki etkilerine bakıldığında, kafein takviyesinin hem erkek hem de kadın bisiklet sporcularında zamana karşı performanslarında bir artış sağladığı, ancak pancar suyunun (8.4 mmol / 140mL) herhangi bir fayda sağlamadığı görülmüştür (Lane ve ark., 2013). 2000 metre kürek performansında farklı dozlar üzerine yapılan çalışmada ise, egzersizden 2 saat önce (8.mmol / 140 mL) pancar suyu tüketimi, elit sporcularda 2000-m kürek performansı üzerinde pozitif bir etki sağlamıştır. 4.2 mmol/70 mL içeren diğer bir dozda plasebo grubuna kıyasla performansta fark edilebilir değişiklik görülmemiştir (Hoon ve ark., 2014).

Doz ilişkisi incelendiğinde, kalp yetersizliği ve ejeksiyon fraksiyonu olan hastalarda hem tek doz (6.1 mmol / 70mL) hem de 1 hafta/gün (6.1 mmol / 70mL) dozlarla, pancar suyu uygulanan grup ile plasebo grubu arasında egzersiz sırasında VO₂ ve sistolik kan basıncı, istemli yorgunluk da dahil olmak üzere hiçbir fark bulunmamıştır (Eggebeen ve ark., 2016).

Akut doz verilen çalışmalarda kullanılan dozlar 5.1 mmol (0.32 g) ve 18.1 mmol (1.12 g) arasında değişmektedir, bu miktarlar kişi başı diyetle alınan ortalama nitrat miktarının yaklaşık 4-12 katı daha fazladır. Doğal beslenme ve diyet yolu ile nitrat alımının da hem sedanterler de hem de sporcu popülasyonlarında teşvik edilmesi gerekmektedir (Clifford ve ark., 2016; Mensinga ve ark., 2003; Wylie ve ark., 2016).

SONUÇ

Sonuç olarak, ergojenik olarak diyetle alınan nitrat takviyesi bazı performans parametrelerini (Vo₂ maliyetinde azalma, güç çıktısında artma, yorgunlukta azalma) geliştirebilmekte, kas etkinliği ve oksijenasyon gibi fizyolojik yönleri güçlendirmek için yeni ve bir o kadar da tartışma götürecek bir yaklaşımı temsil etmektedir. Araştırmalarda nitratın ergojenik etkileri olduğu gösterilmekle birlikte, farklı enerji üretim yolları üzerindeki etkisi ve ergojenik etkiyi sağladığı mekanizmanın ne olduğu halen tartışılmaktadır (Wylie ve ark., 2013; Pinna ve ark., 2014; Muggeridge ve ark., 2014).

Nitratın etkinliği, yaş, diyet, sağlık ve zindelik durumunu da içeren bir takım öznel faktörlere bağlı olabilir; egzersiz yoğunluğu, süresi, uygulanan doz ve nitrat takviye süresi de etkili olmaktadır (Jones, 2016). Pancar suyu ile NO³⁻ takviyesi, yüksek yoğunluklu egzersiz performanslarını arttırmak için doğal olarak düşük riskli bir yöntem olduğu görülmektedir.

Bazı durumlarda nitratın, egzersiz kapasitesini geliştirme potansiyeline sahip olduğu açıkça görülmekteyken, bu çalışmaların aksine nitratın egzersiz kapasitelerini geliştirmediği durumlar da araştırmacılar tarafından ortaya konmuştur. Klinik olarak da performans geliştirici olarak da herhangi bir gurubun yararlanacağı en uygun doz alımı stratejilerini ve hangi koşullar altında diyet nitratlarının performansı arttırmak için en etkili olduğunun anlaşılması için daha fazla

çalışmaya ihtiyaç vardır. Akut doz verilen çalışmalarda kullanılan dozlar 5.1 mmol (0.32 g) ve 18.1 mmol (1.12 g) arasında değişmektedir, bu miktarlar kişi başı diyetle alınan ortalama nitrat miktarının yaklaşık 4-12 katı daha fazladır. Doğal beslenme ve diyet yolu ile nitrat alımının da hem sedanterler de hem de sporcu popülasyonlarında teşvik edilmesi gerekmektedir (Clifford ve ark., 2016; Mensinga ve ark., 2003; Wylie ve ark., 2016).

Sporcu olmayan popülasyonlarda, pancar suyunun etkisinin olumlu olabileceğine dair çalışmalar da mevcuttur. Sedanter bireylerdeki bulgular pancar suyu şeklinde alınan diyet NO³⁻ alımının genel sağlık üzerine pozitif etkilere sahip olduğunu göstermektedir. Pancar suyu tüketiminin nitrit ile ilişkili NO sinyalini arttırdığı, ayrıca hipoksik bölgelerde artmış periferik doku oksijenasyonu ve periferik arter hastalığı olan bireylerde artmış egzersiz toleransı ile sonuçlandığı görülmüştür (Kenjale ve ark., 2011). Bunun yanında tıbbi alanda yapılan çalışmalara bakıldığında, korunmuş ejeksiyon fraksiyonlu kalp yetmezliği (HFpEF) olan hastalar ve plasebo hastalar gurubu üzerine tek bir akut BR dozundan (12.9-mmol) sonra, azalmış sistemik vasküler direnç ve aortik augmentasyon indeksinin plaseboya göre azaldığını, ancak egzersiz etkinliğinde (toplam çalışma / toplam oksijen tüketimi) herhangi bir artışın olmadığını gözlemlemişlerdir (Zamani ve ark., 2015).

Pancar suyu takviyesinin hem sporcular hem de sedanterler için aerobik egzersiz performansını arttırmakta yararlı olabileceği görülmekle birlikte, pancar suyunun direnç egzersizi ve kuvvet performansına etkisi konusunda netlik sağlanamadığı da görülmektedir (Ormsbee ve ark., 2013).

KAYNAKLAR

- Alvares, T.S., Meirelles, C.M., Bhambhani, Y.N. (2011). L-Arginine as a potential ergogenic aid in healthy subjects. *Sports Med*, 41, 233-248.
- Appel, L.J., Moore, T.J., Obarzanek, E., (1997). A clinical trial of the effects of dietary patterns on blood pressure. DASH collaborative research group. *New England Journal of Medicine*, 336, 1117-1124
- Arnold, J.T., Oliver, S.J., Lewis-Jones, T.M. (2015). Beetroot juice does not enhance altitude running performance in well-trained athletes. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 40(6), 590-595.
- Aucouturier, J., Boissiere, J., Pawlak-Chaouch, M., Cuvelier, G., Gamelin, F. X. (2015). Effect of dietary nitrate supplementation on tolerance to supramaximal intensity intermittent exercise. *Nitric Oxide-Biol Ch*, 49, 16-25. doi:10.1016/j.niox.2015.05.004
- Bailey, S.J., Fulford, J., Vanhatalo, A. (2010). Dietary nitrate supplementation enhances muscle contractile efficiency during knee-extensor exercise in humans. *J Appl Physiol*, 109(1):135–148
- Bailey, S.J., Winyard, P., Vanhatalo, A. (2010). Dietary nitrate supplementation reduces the O₂ cost of low-intensity exercise and enhances tolerance to high-intensity exercise in humans. *J Appl Physiol*, 109 (5): 1394-403
- Bangsbo, J., Krstrup, P., Gonzalez-Alonso, J., Saltin, B. (2001). ATP production and efficiency of human skeletal muscle during intense exercise: effect of previous exercise. *Am J Physiol Endocrinol Metab*, 280, 956–964.
- Besco, R., Sureda, A., Tur, J. A., Pons, A. (2012). The effect of nitric-oxide-related supplements on human performance. *Sports medicine*, 42(2), 99-117.
- Bescos, R., Gonzalez-Haro, C., Pujol, P. (2009). Effects of dietary L-arginine intake on cardiorespiratory and metabolic adaptation in athletes. *Int. J. Sport Nutr. Exerc. Metab.* 19, 355-365.

- Bloomer, R.J., Farney, T.M., Trepanowski, J.F. (2010). Comparison of pre-workout nitric oxide stimulating dietary supplements on skeletal muscle oxygen saturation, bloodnitrate/nitrite, lipid peroxidation, and upper body exercise performance in resistance trained men. *J Int Soc Sports Nutr*; 7, 16.
- Bond, H., Morton, L., Braakhuis, A.J. (2012). Dietary nitrate supplementation improves rowing performance in well-trained rowers. *Int J Sport Nutr Exerc Metab.*, 22(4), 251–256.
- Boorsma, R.K., Whitfield, J., Spriet, L.L. (2014). Beetroot juice supplementation does not improve performance of elite 1500-m runners. *Med Sci Sports Exerc.*, 46(12), 2326-34.
- Buck, C. L., Henry, T., Guelfi, K., Dawson, B., McNaughton, L. R., Wallman, K. (2015). Effects of sodium phosphate and beetroot juice supplementation on repeated-sprint ability in females. *Eur. J. Appl. Physiol.*, 115(10), 2205-2213. doi:10.1007/s00421-015-3201-1
- Byran, N.S., Hord, N.G. (2010). Dietary Nitrates and nitrates in: Bryan N(ed), Food Nutrition and the Nitric Oxide pathway. Destech Pub Inc: Lancaster, PA, pp 59-77.
- Cai, Y.Z., Sun, M., Corke, H. (2005). Characterization and application of betalain pigments from plants of the Amaranthaceae. *Trends in Food Science & Technology*, 16, 370–376.
- Cermak, N.M., Gibala, M.J., Van Loon, L.J. (2012). Nitrate supplementation’s improvement of 10-km time-trial performance in trained cyclists. *Int J Sport Nutr Exerc Metab*, 22(1), 64–71.
- Cermak, N.M., Res, P., Stinkens, R. (2012). No improvement in endurance performance after a single dose of beetroot juice. *Int J Sport Nutr Exerc Metab*, 22(6), 470–478.
- Christensen, P.M., Nyberg, M., Bangsbo, J. (2013). Influence of nitrate supplementation on VO₂ kinetics and endurance of elite cyclists. *Scand J Med Sci Sports*, 23(1), 21–31.
- Clifford, T., Allerton, D. M., Brown, M. A. (2016). Minimal muscle damage after a marathon and no influence of beetroot juice on inflammation and recovery. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 42(3), 263-270.
- Dejam, A., Hunter, C.J., Schechter, A.N. (2004). Emerging role of nitrite in human biology. *Blood Cells Mol Dis*, 32, 423–9.
- Duncan, C., Dougall, H., Johnston, P. (1995). Chemical generation of nitric oxide in the mouth from the enterosalivary circulation of dietary nitrate. *Nat Med*, 1, 546–51.
- Eggebeen, J., Kim-Shapiro, D. B., Haykowsky, M., Morgan, T. M., Basu, S., Brubaker, P., Kitzman, D. W. (2016). One week of daily dosing with beetroot juice improves submaximal endurance and blood pressure in older patients with heart failure and preserved ejection fraction. *JACC: Heart Failure*, 4(6), 428-437.
- Esatbeyoglu, T., Wagner, A. E., Schini-Kerth, V. B., Rimbach, G. (2015). Betanin A food colorant with biological activity. *Molecular Nutrition & Food Research*, 59, 36–47.
- Felippe, L.C., Lopes-Silva, J.P., Bertuzzi, R., McGinley, C., Lima-Silva, A.E. (2016). Separate and combined effects of caffeine and sodium-bicarbonate intake on judo performance. *Int J Sports Physiol Perform*, 11:221–6
- Flanagan, S. D., Looney, D. P., Miller, M. J., DuPont, W. H., Pryor, L., Creighton, B. C., Kraemer, W. J. (2016). The Effects of Nitrate-Rich Supplementation on Neuromuscular Efficiency during Heavy Resistance Exercise. *J. Am. Coll. Nutr.*, 35(2), 100-107. doi:10.1080/07315724.2015.1081572
- Gilchrist, M., Winyard, P.G., Benjamin, N. (2010). Dietary nitrate good or bad? *Nitric Oxide*, 22, 104–109.
- Govoni, M., Jansson, E.A., Weitzberg, E. (2008). The increase in plasma nitrite after a dietary nitrate load is markedly attenuated by an antibacterial mouthwash. *Nitric Oxide*, 19:333–7.
- Hernandez, A., Schiffer, T.A., Ivarsson, N. (2012). Dietary nitrate increases tetanic [Ca²⁺]_i and contractile force in mouse fasttwitch muscle. *J Physiol*, 590, 3575–3583

- Hoon, M. W., Jones, A. M., Johnson, N. A., Blackwell, J. R., Broad, E. M., Lundy, B., Burke, L. M. (2014). The effect of variable doses of inorganic nitrate-rich beetroot juice on simulated 2000-m rowing performance in trained athletes. *International Journal Of Sports Physiology And Performance*, 9(4), 615-620.
- Hord, N.G., Tang, Y., Bryan, N.S. (2009). Food sources of nitrates and nitrites: the physiologic context for potential health benefits. *American Journal of Clinical Nutrition*. 90, 1–10.
- Jones, A.M. (2014). Dietary Nitrate Supplementation and Exercise Performance. *Sports Med*, 44 (Suppl 1), 35–45.
- Jones, A.M. (2016). Dietary Nitric Oxide Precursors And Exercise Performance. *Sports Science Exchange*, 28 (156), 1-6.
- Joyner, M.J., Tschakovsky, M.E. (2003). Nitric oxide and physiologic vasodilation in human limbs: where do we go from here? *Can J Appl Physiol*, 28, 475–490.
- Kelly, J., Vanhatalo, A., Wilkerson, D.P., Wylie, L.J., Jones, A.M. (2013). Effects of nitrate on the power-duration relationship for severe-intensity exercise. *Med Sci Sports Exerc*, 45(9), 1798–1806.
- Kenjale, A.A., Ham, K.L., Stabler T. (2011). Dietary nitrate supplementation enhances exercise performance in peripheral arterial disease. *J Appl Physiol*, 110, 1582–1591.
- Kilit, B., Arslan, E. (2017). Physiological responses and time-motion characteristics of young tennis players: comparison of serve vs. return games and winners vs. losers matches. *International Journal of Performance Analysis in Sport* 17(5):684-694.
- Kilit, B., Arslan, E. (2019). Effects of High-Intensity Interval Training Vs. On-Court Tennis Training in Young Tennis Players. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 33(1), 188-196.
- Kindig, C.A., McDonough, P., Erickson, H.H., et al. (2002). Nitric oxide synthase inhibition speeds oxygen uptake kinetics in horses during moderate domain running. *Respir Physiol Neurobiol*, 132, 169–78.
- King, D.E., Mainous, A.G., Geesey, M.E. (2008). Variation in L-arginine intake follow demographics and lifestyle factors that may impact cardiovascular disease risk. *Nutr Res*, 28 (1), 21-4
- Koppo, K., Taes, Y.E., Pottier, A. (2009). Dietary argininesupplementation speeds pulmonary VO₂ kineticsduring cycle exercise. *Med Sci Sports Exerc*, 41 (8):1626-32.
- Krustrup, P., Mohr, M., Amstrup, T. (2003). The Yo–Yo intermittent recovery test: physiological response, reliability and validity. *Med Sci Sports Exerc*, 35, 697–705
- Lacerda, A.C.R., Marubayashi, U., Balthazar, C.H. (2006). Evidence that brain nitric oxide inhibition increases metabolic cost of exercise, reducing running performance in rats. *Neurosci Lett*, 393, 260–3.
- Lane, S. C., Hawley, J. A., Desbrow, B., Jones, A. M., Blackwell, J. R., Ross, M. L., Burke, L. M. (2013). Single and combined effects of beetroot juice and caffeine supplementation on cycling time trial performance. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 39(9), 1050-1057.
- Lansley, K.E., Winyard, P.G., Bailey, S.J. (2011). Acute dietary nitrate supplementation improves cycling time trial performance. *Med Sci Sports Exerc*. 43(6), 1125–1131
- Lansley, K.E., Winyard, P.G., Fulford, J. (2011). Dietary nitrate supplementation reduces the O₂ cost of walking and running: a placebo-controlled study. *J Appl Physiol*, 110(3), 591–600.
- Lundberg, J.O., Govoni, M. (2004). Inorganic nitrate is a possible source for systemic generation of nitric oxide. *Free Radic Biol Med*, 37, 395–400.
- Lundberg, J.O., Weitzberg, E. (2009). NO generation from inorganic nitrate and nitrite: Role in physiology, nutrition and therapeutics. *Arch. Pharm. Res*, 32, 1119-1126.

- Lundberg, J.O., Weitzberg, E., Lundberg, J.M., Alving, K. (1994). Intra-gastric nitric oxide production in humans: measurements in expelled air. *Gut* 35, 1543-1546.
- Masschelein, E., VanThienen, R., Wang, X. (2012). Dietary nitrate improves muscle but not cerebral oxygenation status during exercise in hypoxia. *J Appl Physiol* 113(5), 736–745.
- Mensinga, T.T., Speijers, G.J., Meulenbelt, J. (2003). Health implications of exposure to environmental nitrogenous compounds. *Toxicol. Rev.*, 22(1), 41-51.
- Modin, A., Bjorne, H., Herulf, M. (2001). Nitrite-derived nitric oxide: a possible mediator of ‘acidic-metabolic’ vasodilation. *Acta Physiol Scand*, 171, 9–16.
- Mohr, M., Krstrup, P., Bangsbo, J. (2003). Match performance of high standard soccer players with special reference to development of fatigue. *J Sports Sci*, 21, 519–528
- Moncada, S., Higgs, A. (1993). The L-arginine-nitric oxide pathway. *N. Engl. J. Med*, 329, 2002-2012.
- Mosher, S. L., Sparks, S. A., Williams, E. L., Bentley, D. J., Mc Naughton, L. R. (2016). Ingestion of a Nitric Oxide Enhancing Supplement Improves Resistance Exercise Performance. *J. Strength Cond. Res.*, 30(12), 3520-3524. doi:10.1519/JSC.0000000000001437.
- Muggeridge, D.J, Howe, C.C, Spendiff, O. (2013). The effects of a single dose of concentrated beetroot juice on performance in trained flatwater kayakers. *International journal of sport nutrition and exercise metabolism*, 23(5), 498-506.
- Muggeridge, D., Howe, C.C., Spendiff, O. (2014). A single dose of beetroot juice enhances cycling performance in simulated altitude. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 46(1), 143-150.
- Nicholas, F.M., Michael, D.L., Toby, G.P. (2017). The Effect of Dietary Nitrate Supplementation on Endurance Exercise Performance in Healthy Adults: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Sports Med*, 47, 735–756.
- Ormsbee, M. J., Lox, J., Arciero, P. J. (2013). Beetroot juice and exercise performance. *Nutrition and Dietary Supplements*, 5, 27-35.
- Pinna, M., Roberto, S., Milia, R, et al. (2014): Effect of beetroot juice supplementation on aerobic response during swimming. *Nutrients*, 6(2), 605-615.
- Ravichandran, K., Saw, N. M. M. T., Mohdaly, A. A., Gabr, A. M., Kastell, A., Riedel, H., Cai, Z., Knorr, D., Smetanska, I. (2013). Impact of processing of red beet on betalain content and antioxidant activity. *Food Research International*, 50, 670–675.
- Richardson, R.S., Noyszewski, E.A., Kendrick, K.F. (1995). Myoglobin O₂ desaturation during exercise. Evidence of limited O₂ transport. *J Clin Invest*, 96, 1916–26.
- Santamaria, P. (2006). Nitrate in vegetables: toxicity, content, intake and EC regulation. *J Sci Food Agric*, 86(1), 10–7.
- Schmidt, H.H., Nau, H., Wittfoht, W. (1988). Arginine is a physiological precursor of endothelium-derived nitric oxide. *Eur J Pharmacol*, 154 (2), 213-6
- Shen, W., Xu, X., Ochoa, M. (1994). Role of NO in the regulation of oxygen consumption in conscious dogs. *Circ Res.*, 75, 1086–95.
- Sonkaew, P., Sane, A., Suppakul, P. (2012). Antioxidant activities of curcumin and ascorbyl dipalmitate nanoparticles and their activities after incorporation into cellulose-based packaging films. *Journal of Agricultural and Food Chemistry*, 60, 5388–5399.
- Spencer, M., Bishop, D., Dawson, B., Goodman, C. (2005). Physiological and metabolic responses of repeated-sprint activities. *Sports Med*, 35, 1025–44.

- Spiegelhalter, B., Eisenbrand, G., Preussmann, R. (1976). Influence of dietary nitrate on nitrite content of human saliva: possible relevance to in vivo formation of N-nitroso compounds. *Food Cosmet Toxicol*, 14, 545–8.
- Stamler, J.S., Meissner, G. (2001). Physiology of nitric oxide in skeletal muscle. *Physiol. Rev.*, 81, 209-237.
- Thompson, C., Wylie, L. J., Fulford, J., Kelly, J., Black, M. I., McDonagh, S. T. J., Jones, A. M. (2015). Dietary nitrate improves sprint performance and cognitive function during prolonged intermittent exercise. *Eur. J. Appl. Physiol.*, 115(9), 1825-1834. doi:10.1007/s00421-015-3166-0
- Tongnuanchan, P., Benjakul, S., Prodpran, T. (2012). Properties and antioxidant activity of fish skin gelatin film incorporated with citrus essential oils. *Food Chemistry*, 134, 1571–1579.
- O'Donoghue, P., Ingram, B. (2001). A notational analysis of elite tennis strategy. *J Sport Sci*, 19, 107–15.
- Vanhatalo, A., Fulford, J., Bailey, S.J. (2011). Dietary nitrate reduces muscle metabolic perturbation and improves exercise tolerance in hypoxia. *J Physiol*, 589 (Pt 22): 5517–5528.
- Webb, A.J., Loukogeorgakis, S., Okorie, M. (2008). Acute blood pressure lowering, vasoprotective, and antiplatelet properties of dietary nitrate via bioconversion to nitrite. *Hypertension*, 51, 784-90
- Wettasinghe, M., Bolling, B., Plhak, L., Xiao, H. Parkin, K. (2002). Phase II enzymeinducing and antioxidant activities of beetroot (*Beta vulgaris* L.) extracts from phenotypes of different pigmentation. *Journal of Agricultural and Food Chemistry*, 50, 6704–6709.
- Wilkerson, D.P., Hayward, G.M., Bailey, S.J., et al (2012). Influence of acute dietary nitrate supplementation on 50 mile time trial performance in well-trained cyclists. *Eur J Appl Physiol*, 112(12), 4127–4134.
- Wootton-Beard, P. C., Ryan, L. (2011). A beetroot juice shot is a significant and convenient source of bioaccessible antioxidants. *Journal of Functional Foods*, 3, 329–334.
- Wu, J., Chen, S., Ge, S., Miao, J., Li, J., Zhang, Q. (2013). Preparation, properties and antioxidant activity of an active film from silver carp (*Hypophthalmichthys molitrix*) skin gelatin incorporated with green tea extract. *Food Hydrocolloids*, 32, 42–51.
- Wylie, L.J., Kelly, J., Bailey, S.J. (2013). Beetroot juice and exercise: pharmacodynamic and dose-response relationships. *J Appl Physiol*, 115(3):325–336.
- Wylie, L.J., Mohr, M., Krstrup, P. (2013). Dietary nitrate supplementation improves team sport-specific intense intermittent exercise performance. *European journal of applied physiology*, 113(7), 1673-1684.
- Wylie, L. J., Bailey, S. J., Kelly, J., Blackwell, J. R., Vanhatalo, A., Jones, A. M. (2016). Influence of beetroot juice supplementation on intermittent exercise performance. *Eur. J. Appl. Physiol.*, 116(2), 415-425. doi:10.1007/s00421-015-3296-4
- Zamani, P., Rawat, D., Shiva-Kumar, P. (2015). Effect of inorganic nitrate on exercise capacity in heart failure with preserved ejection fraction. *Circulation*, 131, 371-80.

Geliş Tarihi (Received): 07.01.2019
Kabul Tarihi (Accepted): 26.09.2019
SPORMETRE, 2019,17(4),28-41
DOI: 10.33689/spormetre.509161

ÖĞRETMEN ÖĞRETİM STİLİNE GÖRE ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN BEDEN EĞİTİMİ YATKINLIKLARININ İNCELENMESİ

Erman ÖNCÜ¹, Rukiye ÇİVRİL KARA²

¹Trabzon Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Trabzon

²CE-Zİ-NE Kardeşler İlkokulu, Trabzon

Öz: Bu araştırmanın amacı, ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi yatkinliklarını öğretmen öğretim stiline göre incelemektir. Araştırmada tarama yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu 743 kız ve 734 erkek toplam 1477 öğrenci ile bu öğrencilerin beden eğitimi derslerine giren 8 kadın ve 21 erkek toplam 29 beden eğitimi öğretmeni oluşturmuştur. Araştırmada kullanılan veri toplama araçları “Beden Eğitimi Yatkinlik Ölçeği (Öncü, Gürbüz, Küçük-Kılıç ve Keskin, 2015)” ve “Öğretim Stili Ölçeği (Sarıtış ve Süral, 2010)”’dir. Verilerin analizinde betimsel istatistiksel yöntemler, t-testi ve ANOVA kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda, ortaokul öğrencilerinin beden eğitimine ilişkin tutum ve öz-yeterliklerinin orta seviyenin üzerinde olduğu belirlenmiştir. Beden eğitimi dersleri kadın beden eğitimi öğretmenleri tarafından yürütülen öğrencilerin beden eğitimi dersine ilişkin tutum ve öz-yeterliklerinin daha yüksek olduğu ve beden eğitimi derslerini yürüten öğretmenlerin yaşları büyüdükçe öğrencilerin beden eğitimi dersine ilişkin tutum ve öz-yeterliklerinin azaldığı görülmüştür. Otoriter öğretim stili düzeyi “yüksek” olan beden eğitimi öğretmenleri tarafından dersleri yürütülen öğrencilerin beden eğitimi dersine ilişkin tutum ve öz-yeterliklerinin daha düşük olduğu; beden eğitimi dersleri rehber öğretim stili düzeyi “orta” olan beden eğitimi öğretmenlerince yürütülen öğrencilerin beden eğitimine ilişkin tutumlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi öğretmeni, öğretim stili, tutum, öz-yeterlik, ortaokul öğrencisi.

EXAMINATION OF PHYSICAL EDUCATION PREDISPOSITION OF MIDDLE SCHOOL STUDENTS ACCORDING TO TEACHER TEACHING STYLE

Abstract: The purpose of this research is to examine physical education predispositions of middle school students according to teacher teaching style. The study group of the research included 1477 students, 743 girls and 734 boys, and 29 physical education teachers, 8 males and 21 females. The data collection instruments used in the research are “Physical Education Predisposition Scale (Öncü, Gürbüz, Küçük-Kılıç and Keskin, 2015)” and “Teaching Style Scale (Sarıtış and Süral, 2010)”. In the analysis of data, descriptive statistical methods, t-test and ANOVA were used. According to findings obtained from the study, it is determined that middle school students are above the middle level of attitude and self-efficacy towards physical education. The students whose physical education classes are conducted by female physical education teachers have a higher attitude and self-efficacy towards physical education lesson, lastly as the ages of the teachers who carry out the physical education courses increase the attitudes and self-efficacy of the students towards the physical education course decreased. The attitudes and self-efficacy of the students who were taught by physical education teachers with "high" formal authority teaching style was lower, and the attitudes of the students towards the physical education course whose physical education courses were carried out by physical education teachers at the level of facilitator teaching style "middle" were higher.

Keywords: Physical education teacher, teaching style, attitude, self-efficacy, middle school student.

GİRİŞ

Eğitim kurumları çocukları bedensel, zihinsel, duyuşsal ve sosyal yönden en iyi şekilde yetiştirmeyi amaçlamaktadır. Bu doğrultuda; ülkeler eğitim sistemlerini oluşturarak, planlı ve programlı eğitim yapıları meydana getirirler. Beden eğitimi ise bu eğitim sistemi içerisinde ulaşılmak istenen hedeflere yardımcı olan (Aracı, 2006) önemli ve vazgeçilmez gereksinimlerden birisidir. Bu noktada; eğitimin ayrılmaz bir parçası olarak düşünülen beden eğitimi ve sportif faaliyetlerin, bireye sağlaması gereken en önemli özelliklerden birisinin

spora yönelik olumlu tutumların geliştirilmesi olduğu düşünülebilir (Balyan, Yerlikaya-Balyan ve Kiremitçi, 2012). Ayrıca beden eğitimi derslerinin verimli şekilde işlenebilmesi için, öğrencilerin derse karşı ilgi, beceri ve tutumları son derece önemlidir. Öğrencilerin derse karşı tutumları ne kadar olumluysa başarılı olmaları o kadar kolaydır. Olumsuz tutumlar hem öğrencinin başarısız olmasını tetikler hem de dersin işlenişinde aksamalara neden olur (Tavlaş, 2012). Spora yönelik olumlu tutumların geliştirilmesinin temeli, eğitim kurumlarında atılabilir. Kişilerin belirli konulardaki tutumları, öz yeterliliği, sosyal becerileri gibi kişilik özellikleri eğitim döneminde şekillenir ve bir yaşam biçimi haline almaya başlar (Balyan ve ark., 2012).

Dünyadaki değişim ve gelişime paralel olarak nitelikli, üst düzey düşünme becerilerini kullanan, öğrenmeyi öğrenen ve öğrendiklerini uygulayan, üretken bireylere duyulan gereksinim giderek artmaktadır. Yani toplumun kendini geliştiren, gelişim ve değişimlere açık, hayatın her safhasında öğrenme maharetini kullanabilen fertlere gereksinimi vardır (Soran, Akkoyunlu ve Kavak, 2006). Bu ihtiyacın karşılanmasının ancak eğitimle mümkün olacağı kuşkusuz bir gerçektir. Bireylere istenilen niteliklerin kazandırılmasında öğretme-öğrenme süreci önemlidir (Babadoğan, 2000).

Ülkemizin eğitim sisteminde eğitim öğretim faaliyetleri okullarda eğitimciler yoluyla sistemli olarak sürdürülmektedir. Bunun yanında öğrencilerin başarı, tutum ve davranışları öğrenci-öğretmen-veli işbirliğine bağlı olarak değişiklik göstermektedir. Eğitim sürecinde yer alan bu unsurlardan herhangi birinde yaşanacak sıkıntı, diğerlerini de etkileyerek aksaklıklara neden olacaktır. Bu doğrultuda öğretme-öğrenme sürecinin başarısının bu unsurlar arasındaki uyuma bağlı olacağı söylenebilir. Bu nedenle öğretmenlere önemli görevler düşmektedir. Öğretmenler sahip oldukları nitelikler doğrultusunda öğrenme-öğretme yaşantıları tasarlayarak, öğrenmenin gerçekleşmesine rehberlik etmektedir (Kolay, 2008'den akt., Kılıç ve Alkan-Dilbaz, 2013, s. 734). Öğretmenlerin öğrenme- öğretim sürecinde öğrencilerine bilgiyi hangi yolla verdiği, öğrencilerle hangi yolla etkileşime girdiği, öğrencileri hangi yolla sosyalleştirdiğine dair davranışları, öğretmenlerin öğretim stillerinin bir yansımasıdır (Üredi ve Üredi, 2007). Grasha (1994) bilgi aktarıcı, otoriter, kişisel, rehber ve danışman olmak üzere beş kategoriye ayırdığı öğretim stili modelinde öğretmenlerin öğretim sürecindeki davranışlarını temel almıştır ve Grasha (2002) öğretim stilini öğretmenlerin öğrenme-öğretim sürecinde öğrencileriyle olan etkileşimlerinde sürekli ve tutarlı olarak sergiledikleri davranışlar olarak tanımlamıştır. Öğretim stilleri, öğretmenin sınıf ortamındaki davranışlarının, performansının, inançlarının, ihtiyaçlarının ve mesleki bilgilerinin özel bir görünüşüdür (Grasha 1996, 2003). Genel olarak öğretmenlerin belirlenmiş öğretim içeriğini öznel ve sosyal birikimlerine göre kendilerine özgü üslupla aktarması veya paylaşması (Maden, 2012) olarak ifade edilen öğretim stili, öğretmenlerin öğrenme-öğretim sürecinde bilgiyi sunma, öğrencilerle etkileşime girme ve öğrencileri sosyalleştirme işini nasıl gerçekleştirdiklerine dair öğretimsel davranışları içerir (Üredi ve Üredi, 2007). Farklı özelliklere sahip pek çok öğrenciyle karşı karşıya kalan öğretmenler, kullandıkları öğretim stilleri ile öğretimin gerçekleşmesi için çalışmaktadırlar (Şahin, 2010). Ayrıca öğrenmenin gerçekleşmesinde öğrenci niteliklerinin de etkili olduğu düşünülebilir. Öğrenme sürecinde etkili olan bireysel farklılıklar, fiziksel yeterlilikten kaynaklanabileceği gibi kişinin sahip olduğu ilgi, yetenek, tutum ve öz-yeterlik inancından da kaynaklanabileceği (Şentürk ve Yıldız-İkikardeş, 2011) söylenebilir.

Tutumlar nesnelere, insanlara, durumlara ya da dünyanın herhangi bir özelliğine yönelik olumlu ve olumsuz değerlendirmeler ve tepkiler olarak ifade edilebilirler (Atkinson, Atkinson, Smith, Bem ve Hoeksema, 1999). Bireylerin durum, olay ve olgu karşısında ortaya

koyması beklenen olası davranış şekli (İnceoğlu, 2010) olan tutumları, olumlu veya olumsuz olabilir. Öğrenciler okul ortamında herhangi bir derse karşı da tutum geliştirebilirler. Dolayısıyla beden eğitimi dersine karşı da öğrencilerin tutumları olumlu ya da olumsuz olabilir. Beden eğitimi dersine karşı olumlu tutumları olan öğrenciler, beden eğitimi dersindeki faaliyetlere istekli bir şekilde katılabilirler, bu durum dersin verimli işlenmesini ve dolayısıyla dersin amaçlarına ulaşmasını sağlayabilir veya öğrencilerin ileride çeşitli fiziksel aktivitelere gönüllü olarak istekle katılmalarını sağlayabilir (Chung ve Phillips, 2002; Silverman ve Scrabis, 2004). Beden eğitimi dersine karşı olumsuz tutumları olan öğrenciler; ders etkinliklerine isteksiz olarak katılabilirler, derse yeterince önem vermeyebilirler, ders işlenişinde sorunlar çıkarabilirler ve dersin veriminin düşmesine neden olabilirler. Öğrencilerin bu şekilde beden eğitimi dersine ilişkin olumsuz tutum sergilemeleri onların gelecekte fiziksel aktivitelere ilişkin olarak da olumsuz tutuma sahip olmalarına neden olabilir (Chung ve Phillips, 2002).

Bandura'ya (1994) göre öz-yeterlik bireyin belli bir performansı ortaya koymak için gerekli olan etkinlikleri organize edip başarılı olarak gerçekleştirme kapasitesine dair kendi yargısıdır. Başka bir ifadeyle bireyin tek başına yani bireysel olarak iş yapabilme kabiliyetine olan inancı (Kurbanoğlu, 2004) olan öz-yeterlik, bireyin değişik koşullarla baş etme, belli bir etkinliği başarılı olarak gerçekleştirme yeteneğine ve kapasitesine dair kendisiyle ilgili algısı, inancı ve kendi yargısıdır (Senemoğlu, 2005). Öz-yeterlik duygusunun gelişiminde ve yeterli düzeye ulaşmasında aile, içinde yaşanılan toplum ve eğitim kurumları önem arz etmektedir. Eğitim kurumlarında ise öğretmenler öz-yeterlik duygusunun gelişmesine katkı sağlayacak olan önemli bir faktördür. Bunun yanında beden eğitimi ve spor etkinliklerinde öğretmenlerce öğrencilere verilen olumlu geribildirimler onların öz-yeterlik algılarını arttırırken, olumsuz geribildirimler ise öz-yeterlik algılarını düşürmektedir (Bandura, 1994; Feltz, 1988).

Öğretmenlerin öğretim stilleri ile öğrencilerin beden eğitimi dersine ilişkin tutum ve öz-yeterlikleri arasındaki ilişkilerin belirlenmesinin öğrenci ve öğretmen arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesi bakımından önemli olduğu söylenebilir. Yapılan alanyazın taramasında beden eğitimi dersine yönelik tutum (Al-Liheibi, 2008; Aras, 2013; Bernstein, Phillips ve Silverman, 2011; Demirhan ve Altay, 2001; Kangalgil, Hünük ve Demirhan, 2006; Kumartaşlı, 2010; Liu, Wang ve Xu, 2008; Silverman ve Subramaniam, 1999) ve öz-yeterlik değişkenlerinin (Afacan, 2010; Aktürk ve Aylaz, 2013; Çetin, 2009; Eyüboğlu, 2012; Kafkas, Açak, Çoban ve Karademir, 2010; Orhan, 2013) ayrı ayrı araştırma konusu yapıldığı görülmüş, fakat iki bağımlı değişkenin birlikte ele alındığı sınırlı sayıda çalışmaya (Akbulut, 2017; Balyan, 2009; Balyan ve ark., 2012; Keskin, 2015; Ridgers, 2012) rastlanmıştır. Diğer yandan beden eğitimi öğretmenleri (İnce ve Hünük, 2010) ile beden eğitimi öğretmeni adaylarının (Serbes ve Cengiz, 2015) öğretim stilleri ile ilgili sınırlı sayıda çalışmalar yapıldığı ve diğer branş öğretmenlerinin (Bilgin ve Bahar, 2008; Demir ve Aydın-Uygun, 2015; Ekici ve Kaya, 2016; Kılıç ve Alkan-Dilbaz, 2013; Sarı ve Aksoy, 2016; Süral, 2013; Şahin, 2010; Şentürk, 2010; L. Üredi ve I. Üredi, 2007) öğretim stilleri ile ilgili çalışmaların yapıldığı görülmektedir. Yapılan literatür taraması sonucunda; beden eğitimi öğretmenlerinin öğretim stilleri ile öğrencilerin tutum ve öz-yeterlik inançları arasındaki ilişkiyi konu edinen çalışmalara rastlanılmamıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçların, beden eğitimi öğretmenlerinin öğretim stilleri ile öğrencilerin tutum ve öz-yeterlik inançları arasındaki ilişkinin ortaya konulması bakımından literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Buradan hareketle bu araştırmanın amacı; ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi yatkınlıklarını öğretmen öğretim stiline göre incelemektir.

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Çalışmada amacı geçmişte ya da halen mevcut olan durumu olduğu gibi betimlemek olan tarama yöntemi kullanılmıştır (Kuzu, 2013). Bu yöntemde araştırmaya konu olan olayı, bireyi ya da nesneyi kendi koşullarında var olan şekliyle tanımlayabilmek ve durumu değiştirmeye kalkmadan gözleyebilmek önemlidir (Karasar, 2012). Çalışmada veri toplama tekniği olarak anket tekniği kullanılmıştır. Anket tekniği tarama yönteminde sık kullanılan bir tekniktir (Nachmias ve Nachmias, 1996).

Araştırma Grubu

Çalışmanın araştırma grubunu 2017-2018 eğitim öğretim yılında Trabzon ili Ortahisar ilçesinde 8 farklı ortaokulda 5, 6, 7 ve 8. sınıfta öğrenim gören 743 kız ve 734 erkek toplam 1477 öğrenci ile bu öğrencilerin beden eğitimi derslerini yürüten 8 kadın ve 21 erkek toplam 29 beden eğitimi öğretmeni oluşturmuştur.

Veri Toplama Aracı

Öğrencilerin, beden eğitimine yönelik tutum ve öz-yeterliklerini saptamada, Hilland ve ark. (2009) tarafından geliştirilen, Öncü, Gürbüz, Küçük-Kılıç ve Keskin (2015) tarafından Türkçeye uyarlanan “Beden Eğitimi Yatkinlık Ölçeği” kullanılmıştır. 11 maddeden oluşan ölçek, 2 faktörlü (Tutum ve Öz-Yeterlik) bir yapıya sahiptir. Ölçek maddeleri “5’li Likert Tipi Ölçek” formundadır. Seçenekler; “Hiç Katılmıyorum (1)”, “Katılmıyorum (2)”, “Kararsızım (3)”, “Katılıyorum (4)” ve “Tamamen Katılıyorum (5)” şeklinde sıralanmış ve puanlama da buna göre yapılmıştır.

Araştırmada öğretmenlerin öğretim stili tercihleri belirlemek için Grasha (1996) tarafından geliştirilen ve Sarıtaş ve Süral (2010) tarafından Türkçe’ye uyarlanan, güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları yapılan 40 maddeden oluşan “Öğretim Stili Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçek beş boyuttan (Bilgi Aktarıcı, Otoriter, Kişisel, Rehber ve Danışman) oluşmaktadır. Ölçek seçenekleri 5’li Likert tipinde olup seçenekler, (1) “Kesinlikle Katılmıyorum”, (2) “Katılmıyorum”, (3) “Az Katılıyorum”, (4) “Katılıyorum” ve (5) “Kesinlikle Katılıyorum” biçiminde puanlanmaktadır. En yüksek puanın alındığı faktör, öğretmenin baskın öğretim stili olarak kabul edilmekte ve her bir öğretim stili; düşük, orta ve yüksek olmak üzere üç düzeyde değerlendirilebilmektedir.

Verilerin Toplanması

Araştırmada kullanılan veri toplama araçları, 2017-2018 eğitim-öğretim yılında çalışma grubunu oluşturan öğrenci ve öğretmenlere uygulanmıştır. Çalışmada öncelikle beden eğitimi öğretmenlerine öğretim stili ölçeği uygulanarak öğretim stilleri belirlenmiş olup, ardından bu öğretmenlerin derslerine girdikleri öğrencilere beden eğitimi yatkinlık ölçeği uygulanarak öğretim stili başta olmak üzere belirlenen çeşitli değişkenler açısından öğrencilerin beden eğitimi yatkinlıkları incelenmiştir. Verilerin toplanmasında kullanılan ölçeklerin uygulanmadan önce araştırmanın amacı katılımcılara açıklanarak dikkat edilmesi gereken hususlar belirtilmiştir. Veri toplama araçlarının uygulanmasında gönüllü katılım ilkesi esas alınmıştır. Toplanan anket formları kontrol edilerek eksik veya yanlış doldurulanlar araştırma dışında tutulmuştur.

Verilerin Analizi

Araştırmada yapılan istatistiksel analizler, SPSS 21 istatistik paket programı aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. Verilerin analizinde; betimsel istatistikler, t-testi, ANOVA ve Tukey

çoklu karşılaştırma testleri kullanılmıştır. Verilerin parametrik testlerin ön şartlarını sağlayıp sağlamadığına Çarpıklık ve Basıklık değerleri ve Levene testi sonuçları incelenerek karar verilmiştir (Büyüköztürk, 2012). Ölçeklerin güvenilirlikleri, Cronbach Alpha iç tutarlık katsayıları hesaplanarak belirlenmiştir.

BULGULAR

Katılımcıların, Beden Eğitimi Yatkınlık Ölçeği'nden aldıkları toplam puanların aritmetik ortalaması 3.90 ve standart sapması 0.65'tir. Ölçek puanları faktör bazında incelendiğinde en yüksek ortalamanın 'Tutum' alt boyutunda (3.98) olduğu görülmektedir. Ölçekten alınan en düşük puan 1.33 iken en yüksek puan ise 5.00'tir. Hesaplanan çarpıklık ve basıklık katsayıları verilerin normal bir şekilde dağıldığına işaret etmektedir (Tablo 1).

Tablo 1. Ölçek Puanlarının Dağılımı

| | Madde Sayısı | n | Ort. | Ss | Çarpıklık | Basıklık | Minimum | Maksimum |
|--------------------|--------------|------|------|------|-----------|----------|---------|----------|
| <i>Tutum</i> | 6 | 1477 | 3.98 | 0.78 | -0.85 | 0.66 | 1.00 | 5.00 |
| <i>Öz-yeterlik</i> | 5 | 1477 | 3.81 | 0.77 | -0.46 | 0.27 | 1.00 | 5.00 |
| <i>BEYÖ</i> | 11 | 1477 | 3.90 | 0.65 | -0.47 | 0.15 | 1.33 | 5.00 |

Analizler, beden eğitimi öğretmenin cinsiyeti değişkenine göre toplam ölçek ($t=5.32$, $p<0.01$), 'Tutum' ($t=4.87$, $p<0.01$) ve 'Öz-yeterlik' ($t=3.93$, $p<0.01$) alt boyut puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaştığını göstermektedir (Tablo 2). Kadın beden eğitimi öğretmenine sahip katılımcıların toplam ölçek, 'Tutum' ve 'Öz-yeterlik' alt boyutundan aldıkları ortalama puanların, erkek beden eğitimi öğretmenine sahip katılımcıların ortalama puanlarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Diğer bir deyişle kadın beden eğitimi öğretmenine sahip öğrencilerin beden eğitimi yatkınlıkları ile beden eğitimine yönelik tutum ve öz-yeterlikleri daha yüksektir.

Tablo 2. Beden Eğitimi Öğretmenin Cinsiyetine Göre t-testi Sonuçları

| | Kadın (n=388) | | Erkek (n=1089) | | t | p |
|--------------------|------------------|------|-------------------|------|------|------|
| | Ort. | Ss | Ort. | Ss | | |
| <i>Tutum</i> | 4.14 | 0.67 | 3.92 | 0.81 | 4.87 | 0.00 |
| <i>Öz-yeterlik</i> | 3.94 | 0.72 | 3.77 | 0.78 | 3.93 | 0.00 |
| <i>BEYÖ</i> | 4.04 | 0.57 | 3.84 | 0.66 | 5.32 | 0.00 |

Analizler, beden eğitimi öğretmenin yaşı değişkenine göre toplam ölçek ($F=13.44$, $p<0.01$) ile 'Tutum' ($F=16.33$, $p<0.01$) ve 'Öz-yeterlik' ($F=5.15$, $p<0.05$) puanlarının anlamlı bir

şekilde farklılaştığını göstermektedir (Tablo 3). Toplam ölçek, 'Tutum' ve 'Öz-yeterlik' alt boyut puanları incelendiğinde 40 yaş ve altı öğretmene sahip olan katılımcıların puanlarının 41-45 yaş ve 46 yaş ve üstü öğretmene sahip olan katılımcıların puanlarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Başka bir deyişle beden eğitimi öğretmenlerinin yaşları büyüdükçe öğrencilerin beden eğitimi yatkınlıkları ile beden eğitimine yönelik tutum ve öz-yeterliklerinin azaldığı söylenebilir.

Tablo 3. Beden Eğitimi Öğretmeninin Yaşına Göre ANOVA Sonuçları

| | 1. 40 yaş ve altı (n=287) | | 2. 41-45 yaş (n=768) | | 3. 46 yaş ve üstü (n=422) | | F | p |
|---------------------------------|------------------------------|------|-------------------------|------|------------------------------|------|-------|------|
| | Ort. | Ss | Ort. | Ss | Ort. | Ss | | |
| <i>Tutum</i> | 4.20 | 0.69 | 3.96 | 0.80 | 3.86 | 0.79 | 16.33 | 0.00 |
| <i>Öz-yeterlik</i> | 3.89 | 0.79 | 3.84 | 0.75 | 3.72 | 0.79 | 5.15 | 0.01 |
| <i>BEYÖ</i> | 4.04 | 0.63 | 3.90 | 0.63 | 3.79 | 0.66 | 13.44 | 0.00 |
| Anlamli Farklilik (Tutum) | : 1>2-3 | | | | | | | |
| Anlamli Farklilik (Öz-yeterlik) | : 1>3, 2>3 | | | | | | | |
| Anlamli Farklilik (BEYÖ) | : 1>2, 1>3, 2>3 | | | | | | | |

Analizler, beden eğitimi öğretmenin baskın öğretim stili değişkenine göre toplam ölçek (F=1.80, p>0.05), 'Tutum' (F=1.53, p>0.05) ve 'Öz-yeterlik' (F=1.01, p>0.05) alt boyut puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir (Tablo 4). Bu bulguya göre beden eğitimi öğretmenin baskın öğretim stiline göre öğrencilerin almış oldukları puanlar arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı değildir.

Tablo 4. Beden Eğitimi Öğretmeninin Baskın Öğretim Stiline Göre ANOVA Sonuçları

| | 1. Bilgi Aktarıcı (n=230) | | 2. Kişisel (n=294) | | 3. Rehber (n=953) | | F | p |
|--------------------|------------------------------|------|-----------------------|------|----------------------|------|------|------|
| | Ort. | Ss | Ort. | Ss | Ort. | Ss | | |
| <i>Tutum</i> | 4.02 | 0.81 | 3.91 | 0.76 | 3.99 | 0.78 | 1.53 | 0.22 |
| <i>Öz-yeterlik</i> | 3.86 | 0.76 | 3.76 | 0.73 | 3.82 | 0.79 | 1.01 | 0.36 |
| <i>BEYÖ</i> | 3.94 | 0.65 | 3.84 | 0.62 | 3.90 | 0.65 | 1.80 | 0.17 |

Analizler, beden eğitimi öğretmenin Bilgi Aktarıcı öğretim stili düzeyi değişkenine göre toplam ölçek (t=0.17, p>0.05), 'Tutum' (t=0.15, p>0.05) ve 'Öz-yeterlik' (t=0.13, p>0.05) alt boyut puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir (Tablo 5). Bu bulguya göre Bilgi Aktarıcı öğretim stili orta ve yüksek olan öğretmene sahip katılımcıların puanları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı değildir.

Analizler, beden eğitimi öğretmenin Otoriter öğretim stili düzeyi değişkenine göre toplam ölçek (t=3.39, p<0.01), 'Tutum' (t=3.55, p<0.01) ve 'Öz-yeterlik' (t=2.06, p<0.05) alt boyut puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaştığını göstermektedir (Tablo 5). Bu bulguya göre Otoriter öğretim stili orta olan öğretmene sahip katılımcıların ortalama puanları Otoriter öğretim stili yüksek olan öğretmene sahip katılımcıların puanlarından daha yüksektir.

Analizler, beden eğitimi öğretmeninin Kişisel öğretim stili düzeyi değişkenine göre toplam ölçek ($t=0.73$, $p>0.05$), 'Tutum' ($t=1.04$, $p>0.05$) ve 'Öz-yeterlik' ($t=0.17$, $p>0.05$) alt boyut puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir (Tablo 5). Başka bir deyişle Kişisel öğretim stili orta olan öğretmene sahip öğrenciler ile Kişisel öğretim stili yüksek olan öğretmene sahip öğrencilerin puanları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı değildir.

Analizler, beden eğitimi öğretmeninin Rehber öğretim stili düzeyi değişkenine göre toplam ölçek ($t=3.28$, $p<0.01$) ve 'Tutum' ($t=3.70$, $p<0.01$) alt boyut puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaştığını, 'Öz-yeterlik' ($t=1.73$, $p>0.05$) alt boyut puanlarının ise anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir (Tablo 5). Başka bir deyişle Rehber öğretim stili orta olan öğretmene sahip katılımcıların beden eğitimi dersi yatkınlıkları ile beden eğitimi dersine ilişkin tutumları Rehber öğretim stili yüksek olan katılımcılardan daha yüksektir.

Tablo 5. Beden Eğitimi Öğretmeninin Öğretim Stiline Göre t-Testi Sonuçları

| Bilgi Aktarıcı | Orta (n=340) | | Yüksek (n=1137) | | t | p |
|--------------------|-----------------|------|--------------------|------|------|------|
| | Ort. | Ss | Ort. | Ss | | |
| <i>Tutum</i> | 3.98 | 0.77 | 3.98 | 0.79 | 0.15 | 0.88 |
| <i>Öz-yeterlik</i> | 3.82 | 0.83 | 3.81 | 0.75 | 0.13 | 0.90 |
| <i>BEYÖ</i> | 3.90 | 0.66 | 3.89 | 0.64 | 0.17 | 0.87 |
| Otoriter | Orta (n=420) | | Yüksek (n=1057) | | t | p |
| | Ort. | Ss | Ort. | Ss | | |
| <i>Tutum</i> | 4.09 | 0.74 | 3.93 | 0.80 | 3.55 | 0.00 |
| <i>Öz-yeterlik</i> | 3.88 | 0.81 | 3.79 | 0.75 | 2.06 | 0.04 |
| <i>BEYÖ</i> | 3.99 | 0.65 | 3.86 | 0.64 | 3.39 | 0.00 |
| Kişisel | Orta (n=172) | | Yüksek (n=1305) | | t | p |
| | Ort. | Ss | Ort. | Ss | | |
| <i>Tutum</i> | 4.04 | 0.72 | 3.97 | 0.79 | 1.04 | 0.30 |
| <i>Öz-yeterlik</i> | 3.82 | 0.78 | 3.81 | 0.77 | 0.17 | 0.87 |
| <i>BEYÖ</i> | 3.93 | 0.62 | 3.89 | 0.65 | 0.73 | 0.47 |
| Rehber | Orta (n=502) | | Yüksek (n=975) | | t | p |
| | Ort. | Ss | Ort. | Ss | | |
| <i>Tutum</i> | 4.08 | 0.80 | 3.92 | 0.77 | 3.70 | 0.00 |
| <i>Öz-yeterlik</i> | 3.86 | 0.81 | 3.79 | 0.75 | 1.73 | 0.08 |
| <i>BEYÖ</i> | 3.97 | 0.67 | 3.86 | 0.63 | 3.28 | 0.00 |

TARTIŞMA ve SONUÇ

Çalışmadan elde edilen sonuçlara göre dersleri kadın beden eğitimi öğretmenlerince yürütülen öğrencilerin beden eğitimine yönelik tutumları yüksektir. Kadın beden eğitimi öğretmenine sahip katılımcıların beden eğitimine ilişkin tutumlarının yüksek olması Öncü (2007)'ye göre kadınların erkeklere nazaran daha duygusal, şefkatli ve güler yüzlü oluşlarından, disiplin anlayışlarının katı olmayışından ve kız öğrencilerin kadın öğretmenlerin derslerinde kendilerini rahat hissediyor olmalarından kaynaklanabilir. Literatürde dersleri kadın beden eğitimi öğretmenlerince yürütülen öğrencilerin beden eğitimine yönelik tutumlarının yüksek olduğunu ortaya koyan çalışmalar (Akbulut, 2017; Küçük-Kılıç, 2017; N. Keskin, 2015) yer almaktadır. Öte yandan beden eğitimine yönelik olarak öğrencilerin tutumlarında öğretmen cinsiyetinin etkili olmadığını ortaya koyan çalışmalar (Girgin-Holoğlu, 2006; Hünük, 2006; Kır, 2012; King, 1994) da literatürde mevcuttur. Collins (2012) öğretmenin beden eğitimine yönelik tutumda etkili olduğunu ortaya koyarken Phillips (2011) de öğretmenin öğrencilerin dersi sevmeye derecesinde ve dersin eğlence seviyesinde belirleyici etkisinin olduğu sonucuna ulaşmıştır. Diğer yandan yapılan bazı çalışmalarda ise öğretmenlerin sahip oldukları kişisel ve mesleki özelliklerin öğrencilerin derse ilişkin tutumlarında olumlu veya olumsuz etkisinin olduğu belirlenmiştir (Başer, 2009; Güllü, 2007; Ryan ve ark., 2003). Katılımcıların beden eğitimine ilişkin tutumlarının olumlu ya da olumsuz olmasında beden eğitimi öğretmenlerinin önemli bir etken olduğu söylenebilir. Öğretmenine karşı tutumu olumlu olan öğrencilerin beden eğitimi dersine ve fiziksel aktivitelere isteyerek katılacağı; buna karşın öğretmenine karşı olumsuz bir tutum içerisinde olan öğrencilerin ise derse devam etmek istemeyecekleri, ders içi etkinliklere isteksiz katılacakları ve sportif faaliyetlere karşı ilgilerinin azalacağı düşünülebilir.

Araştırma sonucunda dersleri kadın beden eğitimi öğretmenlerince yürütülen öğrencilerin beden eğitimi dersine ilişkin öz-yeterlikleri daha yüksek bulunmuştur. Araştırma sonucuna benzer olarak Akbulut (2017) ve Keskin (2015) yapmış oldukları çalışmalarda beden eğitimi dersleri kadın beden eğitimi öğretmenleri tarafından yürütülen katılımcıların ortalama puanlarının, beden eğitimi dersleri erkek beden eğitimi öğretmenleri tarafından yürütülen katılımcıların ortalama puanlarından daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Küçük-Kılıç (2017) ise çalışmasında öğrencilerin beden eğitimi dersine ilişkin öz-yeterliklerinin öğretmen cinsiyetine göre değişmediği sonucuna ulaşmıştır. Kadın beden eğitimi öğretmenine sahip olan öğrencilerin öz-yeterliklerinin daha yüksek olması kadınların genel olarak daha sevecen olmaları, kadın öğretmenlerin öğrencilere karşı yaklaşımlarının daha yumuşak ve samimi olması, erkeklerin ise genel olarak daha sert bir mizaca sahip olmaları ve bu katı tutumlarını öğrencilere de yansıtmaları gibi durumlardan kaynaklanıyor olabilir.

Çalışmadan elde edilen verilere göre beden eğitimi dersini yürüten öğretmenlerin yaşına göre öğrencilerin tutumları farklılaşmaktadır. Başka bir deyişle beden eğitimi derslerini yürüten öğretmenlerin yaşları büyüdükçe katılımcıların beden eğitimine ilişkin tutumlarının azaldığı belirlenmiştir. Bu durumun öğretmenlerin yaşları ilerledikçe derslerde daha az aktif olmalarından, genç öğretmenlerin daha dinamik olmalarından ve öğrencilerle yaş farkı azlığından dolayı daha etkili iletişim kurabilmelerinden kaynaklandığı söylenebilir.

Beden eğitimi derslerini yürüten öğretmenlerin yaşları büyüdükçe ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersine ilişkin öz-yeterliklerinin azaldığı tespit edilmiştir. Beden eğitimi öğretmenlerinin yaşları ilerledikçe derste daha pasif hale gelmeleri, ilerleyen yaş ile birlikte vücutta meydana gelen değişimlerin öğretmenlerin hareket yeteneklerini, zindeliklerini ve motivasyonlarını olumsuz etkilemesi derste verimlerini düşürüyor olabilir ve bu durumlardan dolayı öğrencilerin öz-yeterlikleri olumsuz yönde etkileniyor olabilir.

Çalışmadan elde edilen veriler doğrultusunda beden eğitimi derslerini yürüten öğretmenlerin baskın öğretim stillerine göre katılımcıların beden eğitimine ilişkin tutumlarının değişmediği saptanmıştır. Bunun yanında beden eğitimi derslerini yürüten öğretmenlerin bilgi aktarıcı öğretim stili düzeyine göre katılımcıların beden eğitimine ilişkin tutumlarının değişmediği, otoriter öğretim stili düzeyi “yüksek” olan beden eğitimi öğretmenleri tarafından beden eğitimi dersleri yürütülen katılımcıların beden eğitimine ilişkin tutumlarının daha düşük olduğu, beden eğitimi derslerini yürüten öğretmenlerin kişisel öğretim stili düzeyine göre katılımcıların beden eğitimine ilişkin tutumlarının değişmediği ve rehber öğretim stili düzeyi “orta” olan beden eğitimi öğretmenleri tarafından beden eğitimi dersleri yürütülen katılımcıların beden eğitimine ilişkin tutumlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Otoriter öğretim stili düzeyi “yüksek” olan beden eğitimi öğretmenleri tarafından beden eğitimi dersleri yürütülen katılımcıların beden eğitimine ilişkin tutumlarının daha düşük olmasında bu öğretim stiline sahip öğretmenlerin sınıflarında geleneksel öğretmen merkezli sınıf sürecinin hakim olmasının (Grasha, 1996) ve rehber öğretim stili düzeyi “orta” olan beden eğitimi öğretmenleri tarafından beden eğitimi dersleri yürütülen katılımcıların beden eğitimine ilişkin tutumlarının ise daha yüksek olmasında bu öğretim stiline sahip öğretmenlerin sınıflarında sınıf sürecinde işbirlikçi ve öğrenci merkezli bir sürecin hakim olmasının (Grasha, 1996) etkili olabileceği düşünülebilir. Öte yandan Milli Eğitim Bakanlığı öğrenme-öğretme süreci içerisinde tüm bileşenler içinde en kritik ögenin öğretmen olduğunu yaptığı her planlamada belirtmiştir (MEB, 2006). Öğrenciler kendi güdeleri kadar çevresindeki yetişkin bireylerin, akranlarının ve özellikle de öğretmenlerinin rolleriyle özdeşlik kurarak tutum ve değerler edinmektedirler (Çetinkaya, 2009). Krousas (1999)’a göre beden eğitimi öğretmeni ve öğretmenin sergilediği davranışlar öğrencilerin beden eğitimi dersine ilişkin tutumlarını etkileyen en önemli faktörlerden biridir. Öğretmenler bir yandan öğretim stillerinin özellikleri olan bilgi, beceri ve tutumlarıyla öğrencilerinin eğitim görevini yürütürken diğer yandan davranışları ile onları etkilemektedirler. Öğretmenlerin içten, hoşgörülü ve sabırlı davranışları öğrencileri olumlu düşünmeye yönlendirecek; öğretmenlerin aksi hareketleri ise öğrencileri olumsuz etkileyecektir (Güçlü, 2000). Bu bilgilere dayanarak öğretmenin öğrencilerin beden eğitimine ilişkin tutumlarında etkin rol oynayan bir unsur olduğu düşünülebilir. Öğretmenlerin öğretim stillerinin ve bu stillere bağlı olarak gerçekleştirdikleri öğretim davranışlarının, öğretmenlerin sahip oldukları özelliklerin, tutum ve inançların öğrencilerin tutumları üzerinde etkili olacağını söylemek mümkündür.

Çalışma sonuçları beden eğitimi derslerini yürüten öğretmenlerin baskın öğretim stillerine göre öğrencilerin beden eğitimi dersine ilişkin öz-yeterliklerinin değişmediğini göstermektedir. Çalışmada beden eğitimi derslerini yürüten öğretmenlerin bilgi aktarıcı öğretim stili düzeyine göre öğrencilerin beden eğitimi dersine ilişkin öz-yeterliklerinin değişmediği, otoriter öğretim stili düzeyi “yüksek” olan beden eğitimi öğretmenleri tarafından beden eğitimi dersleri yürütülen öğrencilerin beden eğitimi dersine ilişkin öz-yeterliklerinin daha düşük olduğu ve beden eğitimi derslerini yürüten öğretmenlerin kişisel öğretim stili düzeyine göre öğrencilerin beden eğitimi dersine ilişkin öz-yeterliklerinin değişmediği belirlenmiştir. Otoriter öğretim stili düzeyi “yüksek” olan beden eğitimi öğretmenleri tarafından beden eğitimi dersleri yürütülen öğrencilerin beden eğitimi dersine ilişkin öz-yeterliklerinin daha düşük olmasında bu öğretmenlerin otoriter pozisyonlarından dolayı öğrencilere olumlu ve olumsuz dönüt vermelerinin, uyulması gereken kuralları açıklayıp bunların yapıp yapılmadığını kontrol etmelerinin (Grasha, 2002) ve öğrencilere katı ve değişmez yönlendirmelerde bulunmalarının (Grasha, 1996) etkili olduğu düşünülebilir.

ÖNERİLER

Beden eğitimi dersleri kadın ve erkek beden eğitimi öğretmenleri tarafından yürütülen öğrencilerin beden eğitimi dersine ilişkin tutum ve öz-yeterlik düzeylerinin farklı çıkmasının nedenleri araştırılarak kadın beden eğitimi öğretmenlerince beden eğitimi dersleri yürütülen öğrencilerin beden eğitimi dersine ilişkin tutum ve öz-yeterliklerinin daha yüksek olma nedenlerinin incelenmesi gerektiği düşünülmektedir.

Beden eğitimi dersleri otoriter öğretim stiline sahip beden eğitimi öğretmeni tarafından yürütülen öğrencilerin beden eğitimine yönelik tutumlarının ve öz-yeterliklerinin daha düşük; beden eğitimi dersleri rehber öğretim stiline sahip beden eğitimi öğretmeni tarafından yürütülen öğrencilerin beden eğitimine yönelik tutumlarının daha yüksek çıkmasının nedenleri araştırılabilir.

Yurt içinde yapılan literatür taramaları sonucunda, beden eğitimi öğretmenin öğretim stili ve öğrencilerin tutum ve öz-yeterlikleri arasındaki ilişkiyi inceleyen buna benzer çalışmaların olmadığı görülmüştür. Bu çalışmaya benzer uygulamanın yapılarak öğretmenlerin öğretim stili ile öğrencilerin tutum ve öz-yeterlikleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı araştırılabilir.

KAYNAKLAR

Afacan, Ş. (2010). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin müzik dersine yönelik öz yeterlilik algı ve tutumlarının değerlendirilmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Akbulut, V. (2017). *Öğretmen liderlik stiline göre ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi yatkınlıklarının incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.

Aktürk, Ü. ve Aylaz, R. (2013). *Bir ilköğretim okulundaki öğrencilerin öz yeterlilik düzeyleri*. <http://www.deuhyoedergi.org/index.php/DEUHYOED/article/viewFile/16/19> adresinden 21.04.2017 tarihinde erişilmiştir.

AL-Liheibi, A. H. (2008). *Middle and high school students' attitudes toward physical education in Saudi Arabia* (Unpublished doctoral dissertation). University of Arkansas, Arkansas.

Aracı, H. (2006). *Öğretmenler ve öğrenciler için okullarda beden eğitimi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Aras, Ö. (2013). *İlköğretim kurumları ikinci kademe öğrenim gören öğrenci ve görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin beden eğitimi dersine ilişkin görüş ve tutumlarının incelenmesi (Kars ili örneği)* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E. E., Bem, D. J. and Hoeksema, S. N. (1999). *Psikolojiye giriş* (Y. Alogon, Çev.) Ankara: Arkadaş Yayınevi.

Babadoğan, C. (2000). *Öğretim stili odaklı ders tasarımı geliştirme*. <http://yayim.meb.gov.tr/dergiler/147/babadogan.htm> adresinden 24.04.2017 tarihinde erişilmiştir.

Balyan, M. (2009). *İlköğretim 2. kademe ve ortaöğretim kurumlarındaki öğrencilerin beden eğitimi dersine ilişkin tutumları, sosyal beceri ve öz yeterlik düzeylerinin karşılaştırılması* (Yayınlanmamış doktora tezi). Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Balyan, M., Balyan-Yerlikaya, K. ve Kiremitçi, O. (2012). Farklı sportif etkinliklerin ilköğretim 2. kademe öğrencilerinin beden eğitimi dersine ilişkin tutum, sosyal beceri ve öz yeterlik düzeylerine etkileri. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(2), 196-201.

- Bandura, A. (1994). Self-efficacy. In V. S. Ramachaudran (Eds.), *Encyclopedia of human behavior* (pp. 71-81). New York: Academic Press.
- Başer, S. A. (2009). *Öğretmen niteliklerinin beden eğitimi dersi alan öğrencilerin bu derse karşı olan tutumlarına etkisi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.
- Bernstein, E., Phillips, S. R. and Silverman, S. (2011). Attitudes and perceptions of middle school students toward competitive activities in physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 30, 69-83.
- Bilgin, İ. ve Bahar, M. (2008). Sınıf öğretmenlerinin öğretme ve öğrenme stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(1), 19-38.
- Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı* (16. baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Chung, M. and Phillips, D. A. (2002). The relationship between attitude toward physical education and leisure time exercise in high school students. *Physical Educator*, 59(3), 126-139.
- Collins, R. (2012). *Attitudes of middle school students with disabilities toward physical education: A mixed methods examination* (Unpublished doctoral dissertation). Northcentral University, Arizona.
- Çetin, B. (2009). Yeni öğretim programı (2005) uygulamalarının ilköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin öz-yeterliliklerine etkisi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(25), 130-143.
- Çetinkaya, Z. (2009). Türkçe öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine ilişkin tutumlarının belirlenmesi. *İlköğretim Online*, 2(8), 298- 305.
- Demir, B. ve Aydın-Uygun, M. (2015). Müzik öğretmenlerinin öğretim stillerini tercih etme düzeylerinin incelenmesi. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 5(5), 469-484.
- Demirhan, G. ve Altay, F. (2001). Lise birinci sınıf öğrencilerinin beden eğitimi ve spora ilişkin tutum ölçeği II. *Spor Bilimleri Dergisi*, 12(2), 9-20.
- Ekiçi, M. ve Kaya, E. (2016). Sosyal bilgiler öğretmenlerinin epistemolojik inançlarıyla öğretim stilleri arasındaki ilişki. *Route Educational and Social Science Journal*, 3(1), 195-218.
- Eyüboğlu, E. (2012). *Spor yapan ve yapmayan 12-14 yaş arası ergenlerin öz yeterlik düzeylerinin karşılaştırılması* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Feltz, D. L. (1988). Self-confidence and sports performance. In K. B. Pandolf (Eds.), *Exercise and sport sciences reviews* (pp. 423-457). New York: MacMillan.
- Girgin-Holoğlu, O. (2006). *İlköğretim ikinci kademedeki öğrenim gören kız öğrencilerin beden eğitimi dersine karşı tutumları* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Uludağ Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Bursa.
- Grasha, A. F. (1994). A matter of style: The teacher as expert, formal authority, personal model, facilitator and delegator. *College Teaching*, 42(4), 142-149.
- Grasha, A. F. (1996). *Teaching with style: A practical guide to enhancing learning by understanding teaching and learning styles*. Pittsburg PA: Alliance Publishers.
- Grasha, A. F. (2002). The dynamics of one-on-one teaching. *College Teaching*, 50(4), 139-146.
- Grasha, A. F. (2003). The Dynamics Of One-On-One Teaching. *The Social Studies*. Washington. 94(4), 179.
- Güllü, M. (2007). *Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi dersine ilişkin tutumlarının araştırılması* (Yayınlanmamış doktora tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Güçlü, N. (2000). Öğretmen davranışları. *Millî Eğitim Dergisi*, 147, 21-23.

Hilland, T. A., Stratton, G., Vinson, D. and Fairclough, S. (2009). The physical education predisposition scale: preliminary development and validation. *Journal of Sport Sciences*, 27(14), 1555-1563.

Hünük, D. (2006). *Ankara ili merkez ilçelerindeki ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin beden eğitimi dersine ilişkin tutumlarının sınıf düzeyi, öğrenci cinsiyeti, öğretmen cinsiyeti ve spora aktif katılımları açısından karşılaştırılması* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
İnceoğlu, M. (2010). *Tutum algı iletişim*. İstanbul: Beykent Üniversitesi Yayınevi.

İnce, M. L. ve Hünük, D. (2010). Eğitim reformu sürecinde deneyimli beden eğitimi öğretmenlerinin kullandıkları öğretim stilleri ve stillere ilişkin algıları. *Eğitim ve Bilim*, 35(157), 128-139.

Kafkas, M. E., Açak, M., Çoban, B. ve Karademir, T. (2010). Investigation of the relationship between preservice physical education teachers' sense of self-efficacy and professional concerns. *Inonu University Journal of The Faculty of Education*, 11(2), 93-111.

Kangalgıl, M., Hünük, D. ve Demirhan G. (2006). İlköğretim, lise ve üniversite öğrencilerinin beden eğitimi ve spora ilişkin tutumlarının karşılaştırılması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 17(2), 48-57.

Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Keskin, N. (2015). *Ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersine ilişkin tutum ve özyeterlikleri* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.

Kılıç, F. ve Alkan-Dilbaz, G. (2013). Fen lisesi öğretmenlerinin öğretim stillerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *International Journal of Social Science*, 6(6), 715- 738.

Kır, R. (2012). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutum ve davranışları* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Kırıkkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırıkkale.

King, M. H. (1994). *Student attitudes toward physical education at the intermediate school level* (Unpublished master's thesis). Memorial University of Newfoundland, Canada.

Krouscas, J. A. (1999). *Middle school students' attitudes toward a physical education program* (Unpublished doctoral dissertation). Virginia Polytechnic Institute and State University, Virginia.

Kumartaşlı, M. (2010). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin beden eğitimi dersine ilişkin tutumlarının ve yaşam doyum düzeylerinin incelenmesi* (Yayınlanmamış doktora tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Kurbanoglu, S. S. (2004). Özyeterlik inancı ve bilgi profesyonelleri için önemi. *Bilgi Dünyası*, 5(2), 137-152.

Kuzu, A. (2013). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayını.

Küçük-Kılıç, S. (2017). *Ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersi yatkınlıklarının incelenmesi: Boylamsal bir çalışma* (Yayınlanmamış doktora tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.

Liu, W., Wang, J. and Xu, F. (2008). Middle school children's attitudes toward physical activity. *Journal of Research*, 3(2), 78–85.

Maden, S. (2012). Türkçe öğretmenlerinin öğretim stilleri. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim Dergisi*, 1(1), 178-200.

Milli Eğitim Bakanlığı [MEB]. (2006). *Öğretmenlik mesleği genel yeterlikleri*. http://oygm.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/2017_12/13161921_YYretmenlik_MesleYi_Genel__YETERLYKLE_Ri_onaylanan.pdf adresinden 11.03.2018 tarihinde erişilmiştir.

Nachmias, C. F. and Nachmias, D. (1996). *Research methods in the social sciences* (5th ed.). New York: St. Martin's Press.

Orhan, N. (2013). *An investigation of private middle school students' common errors in the domain of area and perimeter and the relationship between their geometry self efficacy beliefs and basic procedural and conceptual*

knowledge of area and perimeter (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Öncü, E. (2007). *Ana-babaların çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutumları ve beklentileri* (Yayınlanmamış doktora tezi). Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Öncü, E., Gürbüz, B., Küçük-Kılıç, S., and Keskin, N. (2015, Haziran). *Psychometric properties of the Turkish version of the physical education predisposition scale*. Paper presented at 2015 ERPA International Health and Sports Science Education Congress, Athens, Greece.

Phillips, S. R. (2011). *Upper elementary school students' attitudes and perceptions toward physical education* (Unpublished doctoral dissertation). Columbia University, New York.

Ridgers, N. (2012). 'Am I able? Is it worth it?' Adolescent girls' motivational predispositions to school physical education: associations with health-enhancing physical activity. *European Physical Education Review*, 18(2), 147-158.

Ryan, S., Fleming, D. and Maina, M. (2003). Attitudes of middle school students toward their physical education teachers and classes. *The Physical Educator*, 60(2), 28-43.

Sarı, M. H. ve Aksoy, N. C. (2016). Sınıf öğretmenlerinin matematik öğretimi kaygısı ile öğretme stilleri tercihleri arasındaki ilişki. *Turkish Studies International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 11(3), 1953-1968.

Sarıtaş, E. ve Süral, S. (2010). Grasha - Reichmann öğrenme ve öğretme stili ölçeklerinin Türkçe uyarlama çalışması. *e-Journal of New World Sciences Academy*, 5(4), 2162- 2177.

Senemoğlu, N. (2005). *Gelişim öğrenme ve öğretim: Kuramdan uygulamaya*. Ankara: Gazi Kitabevi.

Serbes, Ş. ve Cengiz, C. (2015). Sınıf öğretmeni ve beden eğitimi öğretmeni adaylarının tercih ettikleri öğretim stilleri ve stillere ilişkin değer algıları. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(1), 101-114.

Silverman, S. and Subramaniam, P. R. (1999). Student attitudes physical education and physical activity: A review of measurement issues and outcomes. *Journal of Teaching in Physical Education*, 19, 97-125.

Silverman, S. and Scrabis, K. A. (2004). A review of research on instructional theory in physical education 2002-2003. *International Journal of Physical Education*, 41(1), 4-12.

Soran, H., Akkoyunlu, B. ve Kavak, Y. (2006). Yaşam boyu öğrenme becerileri ve eğitimcilerin eğitimi programı: Hacettepe Üniversitesi örneği. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 30, 201-210.

Süral, S. (2013). *İlköğretimde görev yapan öğretmenlerin öğretim stilleri, sınıf yönetimi yaklaşımları ile öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış doktora tezi). Adnan Menderes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın.

Şahin, E. (2010). *İlköğretim sınıf öğretmenlerinin öğretim stili tercihlerinin, cinsiyetlerinin, mesleki kıdemlerinin, özyeterlik algılarının ve özyönetimli öğrenmeye hazır bulunuşluk düzeylerinin mesleki yeterlikleri üzerindeki etkisi* (Yayınlanmamış doktora tezi). Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Şentürk, F. (2010). *7. sınıf öğrencilerinin öğrenme stilleri ile matematik öğretmenlerinin öğretim stillerinin öğrencilerin matematik dersi başarısı üzerine etkisi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Balıkesir Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Balıkesir.

Şentürk, F. ve Yıldız-İkikardeş, N. (2011). Öğrenme ve öğretme stillerinin 7. sınıf öğrencilerinin matematik başarısı üzerine etkisi. *Necatibey Eğitim Fakültesi Elektronik Fen ve Matematik Eğitimi Dergisi*, 5(1), 250-276.

Tavlaş, S. (2012). *Erzurum ilindeki ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi dersine ilişkin tutumlarının araştırılması* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.

Üredi, L. ve Güven, Y. (2007). İlköğretim I. ve II. kademe öğretmenlerinin öğretim stili tercihlerine göre öğretmenlik mesleğine ilişkin algılarının incelenmesi. *Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 26(26), 163-179.

Üredi, L. ve Üredi, I. (2007). Sınıf öğretmenlerinin tercih ettikleri öğretim stillerinin yordayıcısı olarak öğretmenlik mesleğine ilişkin algıları. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(2), 133-144.

Geliş Tarihi (Received): 27.01.2019
Kabul Tarihi (Accepted): 07.10.2019
SPORMETRE, 2019,17(4),42-55
DOI: 10.33689/spormetre.518329

SPOR DUYGU ÖLÇEĞİ: GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

Osman URFA¹, F. Hülya AŞÇI¹

¹Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Öz: Bu çalışmanın amacı Spor Duygu Ölçeği Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirliğinin sporcularda test edilmesidir. Çalışmanın örneklemini, 8 farklı branşta yer alan, 109 erkek ($\bar{x}_{yaş}=22.69\pm 6.70$), 82 kadın ($\bar{x}_{yaş}=20.63\pm 5.80$) olmak üzere toplam 191 sporcu ($\bar{x}_{yaş}=21.81\pm 6.40$) oluşturmaktadır. Spor Duygu Ölçeği 22 madde ve 5 alt boyuttan oluşan 5'li likert tipi bir ölçektir. Sporcuların müsabakadan önce veya müsabaka anında yaşadıkları duyguları Kaygı, Keyifsizlik, Öfke, Coşku ve Mutluluk olmak üzere 5 alt boyutta değerlendirilmektedir. Çalışmada yapı geçerliği için doğrulayıcı faktör analizi, yakınsak ve iraksak geçerlik için Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği ile Spor Duygu Ölçeği arasındaki ilişkiyi test etmek amacıyla pearson momentler çarpımı korelasyon analizi kullanılmıştır. Ölçeğin güvenilirliği için Cronbach's alpha iç tutarlık katsayısı hesaplanmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda, ölçeğin Türkçe formunun orijinal beş faktörlü (Kaygı, Keyifsizlik, Öfke, Coşku, Mutluluk) yapıyı desteklediği bulunmuştur ($\chi^2/df= 1.383$, GFI= 0.886, CFI= 0.953, RMR= 0.049, RMSEA= 0.045). Madde faktör yükleri 0.49 ile 0.85 arasında değişmektedir. Ölçüt geçerliği için yapılan pearson momentler çarpımı korelasyon analizi sonucunda; Negatif duygular ile Kaygı ($r=0.15$, $p<0.05$), Keyifsizlik ($r=0.29$, $p<0.01$) ve Öfke ($r=0.26$, $p<0.01$) duyguları arasında pozitif yönlü; Coşku ($r=-0.26$, $p<0.01$) ve Mutluluk ($r=-0.15$, $p<0.05$) duyguları ile negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Pozitif duygular ile Coşku ($r=0.39$, $p<0.01$) ve Mutluluk ($r=0.36$, $p<0.01$) duyguları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Ölçeğin alt boyutlarına ait güvenilirlik katsayısı ise 0.77 (Kaygı) ile 0.87 (Coşku) aralığında değişmektedir. Spor Duygu Ölçeği Türkçe formunun sporcuların müsabaka öncesi ve müsabaka sırasındaki duygularını ölçmek için geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğu söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Duygu, Kaygı, Keyifsizlik, Öfke, Coşku

SPORT EMOTION QUESTIONNAIRE: RELIABILITY AND VALIDITY STUDY

Abstract: The purpose of this study was to test the reliability and validity of Turkish version of Sport Emotion Questionnaire (SEQ) for athletes. One hundred and nine males ($M_{age}=22.69\pm 6.70$) and 82 females ($M_{age}=20.63\pm 5.80$), totally 191 athletes ($M_{age}=21.81\pm 6.40$) voluntarily participated in this study. SEQ is a five point likert scale and includes 22 items. SEQ assess emotions before and during competition of athletes on five subscales - Anger, Anxiety, Dejection, Excitement, Happiness-. Confirmatory factor analysis was used to test the construct validity and Pearson Product Moment Correlation analysis was used to test the correlation between Positive and Negative Affect Schedule (PANAS) and SEQ for convergent and divergent validity. In addition, Cronbach Alpha internal reliability coefficients were computed for each subscales to test the reliability. Confirmatory factor analysis revealed that the construct validity of the Turkish scale was consistent with the original five-factor structure of the SEQ ($\chi^2/df= 1.383$, GFI= 0.886, CFI= 0.953, RMR= 0.049, RMSEA= 0.045). Item factor loadings were ranged between 0.49 and 0.85. Pearson correlation analysis revealed significant positive relationship of negative affect with Anxiety ($r=0.15$, $p<0.05$), Dejection ($r=0.29$, $p<0.01$) and Anger ($r=0.26$, $p<0.01$). On the other hand, Excitement and Happiness were negatively correlated with Negative Affect. Excitement and Happiness were positively correlated with Positive Affect. Internal consistency of the subscales was ranged between 0.77 (Anxiety) and 0.87 (Excitement). It can be concluded that five-factor model of the SEQ is appropriate for measuring emotions before and during competition in Turkish athletes.

Keywords: Emotion, Anger, Anxiety, Dejection, Excitement

GİRİŞ

Duygu kavramı üzerinde farklı tanımlamalar yapılmakla birlikte üzerinde tam olarak uzlaşmış bir tanımlama bulunmamaktadır. Örneğin, Morgan (2011) duyguyu davranışsal olarak derin uykudan yüksek düzeyde gerilime kadar değişebilen genel uyarılmışlık hali olarak; Campos, Campos ve Barrett (1989) içsel ve dışsal uyaranlar arasındaki ilişkinin yapılandırılmasına ve yürütülmesine yarayan işlevler olarak; Özgüngör (2018) ise “çevresel uyarılara ilişkin algı ve tepkilerimizi yöneten, bilişsel, psikolojik ve davranışsal boyutlar içeren, olumlu ve olumsuz çizgide değişen his ve fizyolojik tepki örüntüleri” olarak tanımlamaktadır. Bunun yanı sıra, duygularla ilgili yapılan tanımlardan bazıları duyguların işlevlerini içermektedir. Örneğin Frijda (1988) duyguların organizmayı harekete geçiren ve güdüleyen bir yapısının olduğunu, Morgan (2011) benzer şekilde duyguların yönlendirici ve güdüleyici özelliğinin olduğunu ve bu nedenle yaşamda nelerle ilgilenip nelerden kaçınacağımıza etki ettiğini belirtmektedir.

Duyguların tanımlanması, işlevlerinin değerlendirilmesi, duygu deneyimlerinin nasıl oluştuğu ve gerçekleştiğini açıklamak üzere birçok açıklama ve kuram bulunmaktadır. William James ve Carl Lange’ın biribirinden habersiz bir şekilde yaptığı fakat benzer sonuçlara ulaştığı için James-Lange kuramı olarak bilinen yaklaşım duyguların açıklanmasını ele alan çalışmalardan biridir. Kuram dışsal uyarıcıların bireyde fizyolojik değişimler oluşturduğunu ve daha sonra fizyolojik olarak yaşanan bu değişimin algılandığını ve sonrasında yaşanan duyguların belirlendiğini belirtmektedir (James, 1884). Walter Cannon ve Philip Bard ise Cannon-Bard kuramında, James-Lange kuramına karşı çıkarak yeni bir görüş öne sürmüşlerdir. Onlara göre uyarıcılar öncelikle beynin talamus bölgesine gelmekte ve daha sonra fizyolojik değişimlerin oluşturmaktadır. Bu kuram nörofizyolojik açıklamaları vurgulaması açısından önemlidir (Strongman, 2003). Schachter ve Singer’ın ortaya koyduğu İki Faktör Kuramı (Two-Factor Theory) ise fizyolojik uyarılmışlığın ve bilişlerin (algılar, yaşanmışlıklar, yorumlamalar) birlikte duyguları oluşturduğunu belirtmektedir (Myers, 2010). Duyguları açıklamaya yönelik geliştirilen bilişsel kuramlarda ise genel olarak içsel ve dışsal uyarıcılar karşısında ortaya çıkan bilişsel süreçlerin, bilişsel değerlendirmelerin duyguları ortaya çıkardığı söylenmektedir (Lazarus, 1991; Strongman, 2003).

Farklı kuramsal yaklaşımlara göre farklı boyutlarıyla ele alınan duygular, bireyleri birçok alanda etkilemektedir. Örneğin Gross (1999), duyguların karar verme süreci üzerinde etkili olduğu, motor tepkileri hazırladığı, öğrenmeyi geliştirdiği, sosyal davranışları düzenlediği gibi birçok etkisinin olduğu belirtilmektedir. Bunun yanında Özgüngör (2018) duyguların, dikkat, konsantrasyon, hafıza ve karar verme üzerinde etkili olduğunu; Campos, Keltner ve Tapias (2004) ise ruh sağlığı ve fiziksel rahatsızlıklar üzerinde; çalışanların iş tatmini, performans ve tükenmişlik düzeyi üzerinde; okullarda ise akademik başarı, sosyal uyum ve antisosyal davranışlar gibi dışsallaştırma problemleri üzerinde etkili olduğunu belirtmektedir. Spor ortamı ise duyguların incelenmesi açısından ayrı bir öneme sahiptir. Spor psikolojisinde uzun yıllar daha çok kaygı ve stres gibi duyguların sporcuya olumsuz etkileri üzerinde çalışmalar yapılsa da son zamanlarda spora özgü gelişmeler yaşanmaktadır (Robazza, 2006). Bireysel Optimal Fonksiyon Alanı (IZOF; Individual Zone of Optimal Functional) kuramı bu gelişmelerden birisidir. Bu kurama göre her sporcunun optimal performansını sergilediğinde yaşadığı farklı duygular bulunmaktadır. Bu kuramdan hareketle yapılan çalışmalarda sporcunun optimal performans sergilediği sırada yaşadığı duyguları belirlemek ve elde edilen verilere göre uygulamalı çalışmalar yapılmaktadır (Hanin ve Syrjä, 1995; Robazza, Pellizzari ve Hanin, 2004; Ruiz ve Hannin, 2004).

Egzersiz ve spor psikolojisi alan yazınında duyguların önemi ile ilgili birçok çalışma yapılmıştır. Yapılan çalışmalar öfke (Mowlaie, Besharat, Pourbohloul ve Azizi, 2011; Ruiz ve Hanin, 2011), kaygı (Chapman, Lane, Brierley ve Terry, 1997), gerginlik, karmaşa (Brandt, Bevilacqua ve Andrade, 2017), çöküntü ve yorgunluk (Brandt, da Silveira Viana, Brusque Crocetta ve Andrade, 2016) gibi olumsuz duyguların sportif performansı düşürdüğünü, dinçlik (Brandt ve ark., 2016; Brandt ve ark., 2017) gibi olumlu duyguların ise sportif performansı arttırdığını ortaya koymuştur. Bu çalışmaların yansısı, sporda duyguların önemini vurgulayan birçok derleme (Hanin, 2007; Jones, 2003, 2012; McCarthy, 2011; Robazza, 2006) yazılmış ve meta-analiz çalışmaları (Beedie, Terry ve Lane, 2000; Craft, Magyar, Becker ve Feltz, 2003; Jokela ve Hanin, 1999) yapılmıştır.

Gerek derleme çalışmalar gerek meta-analiz çalışmalarında duygular ile sportif performans/başarı arasındaki ilişki açıkça ortaya konmuştur. Örneğin, Jones 2003 ve 2012 yılında yazdığı derleme makalelerde duyguların, sporcularda fiziksel, bilişsel ve motivasyonel değişikliklere sebep olduğunu ve bu değişiklikler sonucunda performansta azalma veya artma olduğunu; duyguların etkisinin spor branşının ve yapılacak görevin özelliklerine göre değiştiğini belirtmiştir. Hanin (2007) ve Robazza (2006) ise duyguların performansla ilişkisini Bireysel Optimal Fonksiyon Alanı (IZOF; Individual Zone of Optimal Functional) kuramı doğrultusunda ele alarak yazdıkları derleme makalelerinde, sporcuların optimal performansında gözlenen duyguların önemli olduğunu, sporcunun duyguları optimal bölgede ise yüksek performans, optimal bölge dışında ise düşük performans sergilediklerini ortaya koymuştur.

Derleme çalışmalarını yanı sıra, yapılan araştırmalardan hareketle birçok meta-analiz çalışması da yapılmıştır. Örneğin, Beedie, Terry ve Lane (2000), duygular ile sportif başarı arasındaki ilişkiyi değerlendirirken Duygudurum Profiline (McNair, Lorr ve Droppleman, 1981; POMS; Profile of Mood States) kullanıldığı 29 araştırmayı incelemiş ve bu araştırmalarda performans ile dinçlik duygusu arasında pozitif yönlü, karmaşa ve çöküntü duyguları arasında negatif yönlü ilişki bulunduğunu ifade etmiştir. Kaygı sportif performans ile ilişkisi en sık incelenen duygulardandır. Örneğin, Craft, Magyar, Becker ve Feltz (2003) ile Woodman ve Hardy (2003) Yarışma Durumluk Kaygı Ölçeği'ni (Competitive State Anxiety Inventory-2; Martens, Burton, Vealey, Bump ve Smith, 1990) kullanarak durumluk kaygı (somatik kaygı, bilişsel kaygı, özgüven) ile performans arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmaları incelemiş ve durumluk kaygı ile performans arasında negatif yönlü ilişki olduğu bulunmuştur. Durumluk kaygı ile performans arasındaki ilişkiyi meta-analiz yöntemiyle inceleyen diğer bir araştırma ise Jokela ve Hanin'in (1999) IZOF temelli yapılan 19 araştırmayı incelemesi ile gerçekleşmiştir. Bu araştırmada, sporcuların durumluk kaygı düzeyleri, bireysel optimal fonksiyon alanı içindeyse veya bu alana yakınsa sporcuların başarılı performans sergilediği belirtilmektedir.

Duygular ile performans arasındaki ilişkiyi ortaya koyan bu araştırmaların yanında duygu düzenleme becerisi ve duygu kontrolünün de sportif performansa katkısı üzerinde birçok çalışma yer almaktadır. Örneğin, Wagstaff (2014) bisikletçilerde duygu düzenlemenin performansa olumlu etki yaptığını belirtirken; Balk, Adriaanse, de Ridder ve Evers (2013) baskı altında performans sergileyebilmek için duygu düzenleme stratejilerin önemli olduğunu belirtmektedir. Duygular ile performans arasındaki ilişkiyi inceleyen tüm bu çalışmalar sporda duyguların önemini ortaya koymaktadır. Duyguların sadece sportif performansa değil, sporcuların fiziksel, bilişsel ve motivasyonel durumlarına da etki ettiği (Jones, 2003, 2012) düşünülürse sporda duyguların önemi daha da ön plana çıkmaktadır. Bu amaçla spor psikoloji çalışmalarında hem sporcuların duygularının ölçülmesi hem de sporcuların duygularını düzenleme becerilerinin geliştirilerek sportif performansın artırılması üzerine çalışmalar

yapılmaktadır (Örn., Balk ve ark., 2013; Wagstaff, 2014). Bu bağlamda sportif performansa etki eden duyguların değerlendirilmesi araştırmacıların ilgi odağı olmuştur.

Alan yazında sporcuların duygularını değerlendirmek amacıyla farklı ölçme araçları geliştirilmiştir. Sporcuların duygularını değerlendirmek için genel psikoloji alanında da sık kullanılan duyguların çok boyutlu değerlendirilmesine yönelik olan Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği (PANAS; Watson, Clark ve Tellegen, 1988) ve Duygudurum Profili (POMS, McNair, Lorr ve Droppleman, 1981) gibi ölçme araçlarının kullanıldığı görülmektedir. Bu ölçme araçlarının sporcu gruplar üzerinde geçerlik ve güvenilirliği yapılmış olsa da (Örn., Crocker, 1997; Gaudreau, Sanchez ve Blondin, 2006; Lan, Lane, Roy ve Hanin, 2012; Terry ve Lane, 2000; Terry, Lane ve Fogarty, 2003) bu ölçeklerin geliştirilme amaçlarında ve geliştirilme yönteminde spora özgü bir çalışma yer almamaktadır. Bunun yanı sıra, kullanılan bu ölçeklerle ilgili bazı metodolojik sorunlar dile getirilmiştir. Örneğin Duygudurum Profiline yer alan duyguların sporda yaşanan duygular ile uyumlu olmadığı (Prapavessis, 2000) ve aynı zamanda bu ölçme aracında bulunan “yorgunluk-durgunluk (fatigue)” alt boyutunun bir duygu ifadesi olmadığı belirtilmektedir (Jones, Lane, Braj, Uphill ve Catlin, 2005). Bunun yanında, Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeğinin bireylerin daha çok gündelik yaşamlarına yönelik duygularını pozitif ve negatif olarak iki grupta ele almış olması da kritik edilmiştir (Jones ve ark., 2005).

Duyguların çok boyutlu ölçülmesinin yanı sıra, alan yazında kaygı, öfke gibi duyguları tek tek ölçmek amacı ile geliştirilen ölçme araçları da mevcuttur. Örneğin, Müsabaka Kaygı Envanteri (Sport Competition Anxiety Test; Martens, Vealey ve Burton, 1990), Yarışma Durumluk Kaygı Ölçeği (Competitive State Anxiety Inventory-2; Martens, Burton, Vealey, Bump ve Smith, 1990), Spor Kaygı Envanteri-2 (Sport Anxiety Scale-2; Smith, Smoll, Cumming ve Grossbard, 2006) gibi ölçme araçları sporcuların sadece kaygı duygularını ölçerken; Rekabetçi Saldırganlık ve Öfke Ölçeği (Competitive Aggressiveness and Anger Scale; Maxwell ve Moores, 2007) sporcuların sadece öfke ve saldırganlık duygularını ölçmek amacıyla geliştirilmiştir.

Sporcularda yapılan birçok araştırmada duyguların spora özgü ölçüm araçları ile değerlendirilmediği de görülmektedir. Örneğin birçok çalışmada sporcuların öfke düzeyleri (Örn., Dunn, Gotwals, Dunn ve Syrotuik, 2006; Woodman, Davis, Hardy, Callow, Glasscock ve Yuill-Proctor, 2009) Durumluk ve Sürekli Öfke Ölçeği (State-Trait Anger Scale) gibi spora özgü olmayan ölçme aracı ile değerlendirilmiştir.

Tüm bu araştırmalar ve kullanılan ölçme araçları egzersiz ve spor psikolojisi alan yazınına önemli katkılar sağlarken, bu araştırmalarda spora özgü olmayan ölçme araçlarının kullanılması ya da spora özgü olan ölçme araçlarının tek bir duyguyu ölçmesi sınırlılık oluşturmaktadır. Jones ve ark. (2005) hem spora özgü hem de birçok duyguyu aynı anda ölçebilen bir ölçme aracı geliştirmek amacıyla Spor Duygu Ölçeği (Sport Emotion Questionnaire) geliştirmişlerdir. Bu ölçme aracı sporcuların duygularını müsabakadan önce durumluk olarak veya müsabakadan sonra, o müsabakada yaşadıkları duyguları ölçmek amacıyla kullanılabilir (Allen, Jones ve Sheffield, 2011; Jones ve ark., 2005; McCormick, Meijen, Marcora, 2018; Vast, Young ve Thomas, 2010). Ölçeğin farklı kültürlerde geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Örneğin, Martinent, Gareau, Lienhart, Nicaise ve Guillet-Descas (2018) Fransızca; Robazza, Bertollo, Ruiz ve Bortoli (2016) ise İtalyanca formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarını yapmışlardır. Sorokowski, Sorokowska, Onyishi ve Szarota (2013) ise ölçeğe ait Mutluluk, Öfke ve Coşku alt boyutlarının uyarlamasını yaparak Polonyalı sporcular üzerinde uygulanmıştır.

Spor Duygu Ölçeğinin farklı kültürlerde kullanılması ve geniş bir kullanım alanının olması nedeniyle sporcularla yapılan birçok farklı araştırmada kullanılabilir bir ölçme aracıdır. Bu bağlamda bu çalışmanın amacı ise Spor Duygu Ölçeği Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirliğinin test edilmesidir. Bu çalışma sayesinde sporcuların duyguları ile yapılacak araştırmaların artacağı ve spor psikolojisi alan yazınına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmaya katılan örneklem grup, araştırmada kullanılan veri toplama araçları, çeviri işlemi, verilerin toplanması ve verilerin analizi yer almaktadır.

Örneklem

Bu araştırmada olasılıksız örnekleme yöntemlerinden uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Çalışmanın örneklemini, 8 farklı branşta yer alan (Futbol, Basketbol, Voleybol, Tenis, Masa tenisi, Yüzme, Atıcılık, Snooker), 109 erkek ($\bar{x}_{yaş}=22.69\pm 6.70$), 82 kadın ($\bar{x}_{yaş}=20.63\pm 5.80$) olmak üzere toplam 191 sporcu ($\bar{x}_{yaş}=21.81\pm 6.40$) oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan sporcuların rekabetçi bir müsabaka periyodu içinde olması temel ölçüt olarak alınmıştır. Katılımcılar yaklaşık olarak 6 yıldır ($\bar{x}_{deneyim}= 5.54\pm 4.06$) belirtmiş oldukları branşta mücadele etmektedir. Katılımcılara ait ayrıntılı tanımlayıcı istatistikler Tablo 1’de yer almaktadır.

Tablo 1. Katılımcılara ait tanımlayıcı istatistikler

| Cinsiyet | Branş | n | Yaş | Deneyim (yıl) |
|----------|-------------|-----|--------------|---------------|
| Erkek | Futbol | 39 | 20.21 ± 4.60 | 5.87 ± 2.91 |
| | Basketbol | 19 | 24.89 ± 4.22 | 9.95 ± 4.62 |
| | Voleybol | 18 | 19.56 ± 3.54 | 4.50 ± 2.90 |
| | Tenis | 5 | 32.80 ± 9.37 | 15.00 ± 6.52 |
| | Yüzme | 5 | 17.40 ± .55 | 6.80 ± 1.10 |
| | Atıcılık | 7 | 23.43 ± 8.08 | 2.29 ± .95 |
| | Snooker | 8 | 33.50 ± 8.05 | 2.75 ± .89 |
| | Masa tenisi | 8 | 22.13 ± 5.49 | 3.25 ± 1.28 |
| | Toplam | 109 | 22.69 ± 6.70 | 6.17 ± 4.34 |
| Kadın | Futbol | 10 | 16.80 ± .79 | 2.50 ± 1.58 |
| | Basketbol | 17 | 20.06 ± 2.97 | 5.59 ± 2.50 |
| | Voleybol | 23 | 20.04 ± 3.72 | 5.30 ± 3.27 |
| | Tenis | 3 | 38.33 ± 6.66 | 15.00 ± 6.56 |
| | Yüzme | 7 | 16.57 ± .54 | 6.29 ± 1.25 |
| | Atıcılık | 12 | 21.92 ± 5.85 | 2.08 ± .99 |
| | Snooker | 2 | 30.50 ± 6.36 | 3.50 ± .71 |
| | Masa tenisi | 8 | 20.88 ± 6.94 | 3.00 ± 2.07 |
| | Toplam | 82 | 20.63 ± 5.80 | 4.72 ± 3.53 |
| Toplam | | 191 | 21.81 ± 6.40 | 5.54 ± 4.06 |

Veri toplama araçları

Araştırma kapsamında, uyarlaması yapılan Spor Duygu Ölçeği (Sport Emotion Questionnaire), yakınsak ve iraksak geçerlik için Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği kullanılmıştır.

Spor Duygu Ölçeği: Jones ve ark., (2005) tarafından geliştirilen Spor Duygu Ölçeği, 22 duygu ifadesinden oluşan beşli derecelendirme ölçeğidir. Sporcular duygu ifadelerini 0 (Hiç) ile 4 (Çok fazla) arasında değerlendirmektedir. Sporcuların müsabakadan önce veya müsabakadan sonra, müsabaka sırasında yaşadıkları duyguları Kaygı (Anxiety), Keyifsizlik (Dejection), Öfke (Anger), Coşku (Excitement) ve Mutluluk (Happiness) olmak üzere 5 alt boyutta değerlendirmektedir. Kaygı, Keyifsizlik ve Öfke alt boyutu hoş olmayan (unpleasant) duygular, Coşku ve Mutluluk alt boyutu ise hoş olan (pleasant) duygular olarak ifade edilmektedir. Ölçeğin yapı geçerliği için yapılan doğrulayıcı faktör analizi 22 madde, 5 alt boyuttan oluşan

ölçeğin yapısı doğrulanmıştır. Ölçeğin eşzaman geçerliğini incelemek için iki farklı ölçme aracı (Brunel Ruh Hali Ölçeği ve Performans Stratejileri Testi - Duygu Kontrolü alt boyutu) ile arasındaki ilişki incelenmiş ve elde edilen bulgular ölçeğin eşzaman geçerliğini desteklemiştir. Ölçeğe ait güvenilirlik çalışmaları ise ölçeğin hem müsabakadan önce (Cronbach alpha= 0.81-0.88 aralığında; Jones ve ark., 2005) hem de müsabakadan sonra (Cronbach alpha= 0.70-0.89 aralığında; Allen, Jones ve Sheffield, 2011) yapılan uygulamalarda güvenilir bir ölçüm aracı olduğunu göstermektedir. Arnold ve Fletcher (2015) ise ölçeğin ölçüm değişmezliğini cinsiyet, spor tipi (bireysel-takım), rekabetçi yapı (düşük-yüksek) ve rekabet deneyimi (düşük-yüksek) değişkenlerine göre analiz etmiş ve ölçek tüm değişkenlere göre ölçüm değişmezliği sağlanmıştır.

Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği: PANAS, Watson, Clark ve Tellegen (1988) tarafından geliştirilmiş ve Türkçe uyarlaması Gençöz (2000) tarafından yapılmıştır. Ölçek 20 duygu ifadesinden oluşan beşli likert tipi bir ölçektir. Bireylerin yaşamış oldukları duyguları Pozitif Duygu ve Negatif Duygu olmak üzere iki alt boyutta değerlendirmektedir. Ölçeğin orijinal formuna ait iç tutarlık katsayısı Pozitif Duygu alt boyutu için 0.88, Negatif Duygu alt boyutu için 0.86 iken ölçeğin Türkçe formuna ait iç tutarlık katsayısı sırasıyla 0.83 ve 0.86'dır. Bu araştırma kapsamında elde edilen iç tutarlık katsayısı Pozitif duygu alt boyutu için 0.75, Negatif duygu alt boyutu için 0.89 olarak bulunmuştur.

Çeviri İşlemi

Spor Duygu Ölçeğinin uyarlaması için öncelikle ölçeği geliştiren araştırmacılarla elektronik posta yoluyla iletişime geçilmiş ve izin alınmıştır. Ölçeğin kaynak dili olan İngilizceden hedef dil olan Türkçeye çevirisinde çeviri-geri çeviri yöntemi (Brislin, 1986) kullanılmıştır. Bu amaçla ölçek, dil bilim alanında çalışan 3 uzman tarafından, birbirinden bağımsız olarak Türkçeye çevrilmiştir. Çeviri sonucunda ortaya çıkan benzer ve farklı çeviriler farklı bir formda toplanarak uzman (yargıcı) görüşüne başvurulmuştur. Uzmanlar Türkiye'de Egzersiz ve Spor Psikolojisi alanında çalışma yapan 3 öğretim üyesinden oluşmaktadır. Yargıcılar her bir çeviriyi orijinal maddeler ile karşılaştırarak uygun çeviriyi bildirmiş ya da alternatif yeni bir çeviri belirtmiştir. Uzman görüşleri neticesinde elde edilen çevirilerden hareketle ölçeğin geçici Türkçe formu oluşturulmuştur. Oluşturulan bu form 2 dil bilim uzmanı tarafından tekrar geri İngilizceye çevrilerek elde edilen bu form ile ölçeğin orijinal maddeleri ile karşılaştırılmıştır. Bu karşılaştırma neticesinde ölçeğin Türkçe formu oluşturulmuştur.

Verilerin toplanması ve analizi

Çeviri işlemi sonucunda oluşturulan Türkçe form ile sporcular ve spor kulüpleri ziyaret edilmiş ve spor kulüplerinden ve sporculardan gerekli izinler alındıktan sonra ölçek uygulanmaya başlanmıştır. Sporculara ölçeği uygulayabilmek için rekabetçi bir müsabaka sergileyecekleri tarihler belirlenmiştir. Bu kapsamda lig müsabakaları, bölgesel yarışmalar, turnuvalar gibi rekabetçi ortamlardan yararlanılmıştır. Sporcular ölçeği müsabakadan sonra, o müsabakada yaşamış oldukları duyguları düşünerek cevaplamışlardır. Veri toplama süreci tamamlandıktan sonra, elde edilen verilerin doğrulayıcı faktör analizine uygun olup olmadığını belirlemek için gerekli olan varsayımlar (kayıp veri, uç değer, çok değişkenli normallik) test edilmiş verileri doğrulayıcı faktör analizine uygun olduğu görülmüştür. Bunun sonucunda ölçeğin yapı geçerliği için doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. DFA ölçeğin yapı geçerliği hakkında bilgi vermek için birçok uyum değerlerinden yararlanmaktadır. Bu araştırma kapsamında Ki-kare uyum testi (Chi-square goodness), RMSEA (Root Mean Square Error of Approximation), CFI (Comparative Fit Index), GFI (Goodness of Fit Index) değerleri incelenmiştir. Ölçeğin yakınsak ve ıraksak geçerliği için Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği ile arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu kapsamda Spor Duygu Ölçeğinin hoş olan duyguları ifade eden alt boyutları (Coşku ve

Mutluluk) ile Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeğine ait Pozitif Duygu alt boyutu arasında pozitif yönlü bir ilişki beklenirken, Negatif Duygu alt boyutu ile negatif yönlü bir ilişkinin olması ya da anlamlı bir ilişkinin olmaması beklenmektedir. Benzer şekilde, Spor Duygu Ölçeğinin hoş olmayan duyguları ifade eden alt boyutları (Kaygı, Keyifsizlik ve Öfke) ile Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeğine ait Negatif Duygu alt boyutu arasında pozitif yönlü bir ilişki beklenirken ve Pozitif Duygu alt boyutu ile negatif yönlü bir ilişkinin olması ya da anlamlı bir ilişkinin olmaması beklenmektedir. Bunların yanında ölçeğin yapısının güvenilirliği için Birleşik Güvenirlik (Composite Reliability: CR) değeri hesaplanmış ve gizil yapıyı temsil eden maddelerin birbirleri arasındaki yakınlaşma hakkında bilgi veren Çıkarılmış Ortalama Varyans (Average Variance Extracted: AVE) değerleri hesaplanmıştır. AVE ve CR değerleri ölçeğin yakınsak geçerliği hakkında da daha fazla bilgi almak amacıyla kullanılmıştır (Hair, Black, Babin ve Anderson, 2010). Ölçeğin güvenilirliği için Cronbach's alpha iç tutarlık katsayısı hesaplanmış ve maddelerin ayırt edicilikleri için madde toplam puan korelasyonuna bakılmıştır. Verilerin analizinde SPSS Statistic 22.00 ve SPSS AMOS 23.00 programları kullanılmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde araştırma kapsamında elde edilen verilere ait madde analizi, yapı geçerliği, yakınsak-ıraksak geçerlilik ve güvenilirlik bulguları yer almaktadır.

Madde Analizi

Ölçeğe ait maddelerin ayırt ediciliklerinin incelenmesi için madde analizi yapılmıştır. Tablo 2'de Spor Duygu Ölçeği maddelerine ait ortalama, standart sapma ve düzeltilmiş madde toplam korelasyonu yer almaktadır. Madde analizi sonucunda, düzeltilmiş madde toplam korelasyon katsayılarının 0.41 ile 0.75 arasında yer aldığı görülmektedir.

Tablo 2. Spor Duygu Ölçeği'ne ilişkin tanımlayıcı istatistikler

| Alt boyut – Madde | Ortalama | Standart Sapma | Düzeltilmiş Madde Toplam Korelasyonu |
|---|----------|----------------|--------------------------------------|
| Kaygı – Sinirli | 1.34 | .77 | .53 |
| Kaygı – Kaygılı | 1.27 | .79 | .60 |
| Kaygı – Gergin | 1.38 | .74 | .53 |
| Kaygı – Endişeli | 1.28 | .75 | .61 |
| Kaygı – Huzursuz | 1.20 | .82 | .41 |
| Keyifsizlik – Mutsuz | 1.38 | .90 | .72 |
| Keyifsizlik – Üzgün | 1.37 | .91 | .69 |
| Keyifsizlik – Moralsiz | 1.42 | .86 | .73 |
| Keyifsizlik – Keyifsiz | 1.42 | .81 | .62 |
| Keyifsizlik – Hayal kırıklığına uğramış | 1.22 | .86 | .59 |
| Öfke – Rahatsız | 1.26 | .80 | .63 |
| Öfke – Tedirgin | 1.23 | .82 | .52 |
| Öfke – Kızgın | 1.34 | .83 | .65 |
| Öfke – Öfkeli | 1.45 | .79 | .64 |
| Coşku – Hevesli | 2.13 | .99 | .75 |
| Coşku – Heyecanlı | 2.44 | 1.01 | .73 |
| Coşku – Enerjik | 2.32 | 1.01 | .73 |
| Coşku – Canlı | 2.36 | .98 | .68 |
| Mutluluk – Sevinçli | 2.49 | .98 | .65 |
| Mutluluk – Hoşnut | 2.40 | 1.06 | .64 |
| Mutluluk – Neşeli | 2.31 | 1.07 | .75 |
| Mutluluk – Mutlu | 2.21 | 1.05 | .68 |

Yapı Geçerliliği

Ölçeğin özgün formu 22 duygu ifadesi ve 5 faktörden oluşmaktadır. Bu yapının geçerliliğini test etmek amacıyla doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmıştır. Spor Duygu Ölçeğine ilişkin yapılan DFA sonucunda elde edilen değerler Tablo 3'te yer almaktadır.

Tablo 3. Spor Duygu Ölçeği DFA standardize değerler

| | Madde faktör yükü | R ² | t |
|---------------------------|-------------------|----------------|-------|
| KAYGI | | | |
| Sinirli | .61 | .37 | 8.157 |
| Kaygılı | .73 | .53 | 6.747 |
| Gergin | .61 | .37 | 8.176 |
| Endişeli | .72 | .52 | 6.756 |
| Huzursuz | .49 | .24 | 8.926 |
| KEYİFSİZLİK | | | |
| Mutsuz | .81 | .66 | 6.881 |
| Üzgün | .75 | .57 | 7.880 |
| Moralsiz | .84 | .70 | 6.411 |
| Keyifsiz | .64 | .41 | 8.775 |
| Hayal kırıklığına uğramış | .62 | .38 | 8.889 |
| ÖFKE | | | |
| Rahatsız | .70 | .49 | 7.601 |
| Tedirgin | .57 | .32 | 8.725 |
| Kızgın | .79 | .62 | 6.144 |
| Öfkeli | .76 | .58 | 6.627 |
| COŞKU | | | |
| Hevesli | .81 | .66 | 7.014 |
| Heyecanlı | .81 | .65 | 7.102 |
| Enerjik | .80 | .64 | 7.188 |
| Canlı | .73 | .54 | 8.125 |
| MUTLULUK | | | |
| Sevinçli | .76 | .58 | 7.471 |
| Hoşnut | .70 | .49 | 8.198 |
| Neşeli | .85 | .73 | 5.392 |
| Mutlu | .72 | .52 | 7.975 |

DFA sonucunda açıklanan varyanslar 0.24 ile 0.73 aralığında değişmekte iken t değerleri 0.05 anlamlılık düzeyinde 5.392 ile 8.926 aralığında yer almaktadır. Madde faktör yükleri “Kaygı” alt boyutu için 0.49 ile 0.73; “Keyifsizlik” alt boyutu için 0.62-0.84 “Öfke” alt boyutunda 0.57 ile 0.79; “Coşku” alt boyutunda 0.73 ile 0.81; “Mutluluk” alt boyutu için ise 0.70 ile 0.85 aralığında bulunmuştur.

DFA'ya ilişkin elde edilen uyum indeksleri Tablo 4'te yer almaktadır. Spor Duygu Ölçeği'ne ait uyum indeksleri $\chi^2(199)=275.268$, RMR=0.05, GFI=0.89, CFI=0.95 ve RMSEA=0.05 olarak bulunmuştur.

Tablo 4. Spor Duygu Ölçeği doğrulayıcı faktör analizi uyum indeksleri

| | χ^2 | df | χ^2/df | GFI | CFI | RMSEA | %90 CL RMSEA |
|---------------------------------|----------|-----|-------------|------------|------------|------------|-----------------|
| Spor Duygu Ölçeği | 275.268 | 199 | 1.383 | .886 | .953 | .045 | .031 - .057 |
| Kabul edilebilir uyum değerleri | | | ≤ 5 | $\geq .85$ | $\geq .95$ | $\leq .08$ | |

Not. Kabul edilebilir uyum değerleri için Kline (2011) kaynağından yararlanılmıştır.

Yakınsak ve İraksak Geçerlik

Spor Duygu Ölçeğinin yakınsak ve ıraksak geçerliği için Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği ile arasındaki korelasyon katsayısı, AVE ve CR değerleri (Tablo 5) incelenmiştir.

Tablo 5. Spor Duygu Ölçeği tanımlayıcı istatistikler, korelasyon, cronbach's alpha iç tutarlık katsayıları (α), AVE ve CR değerleri

| | \bar{x} | Ss | AVE | CR | PD | ND | α |
|----------------|-----------|-----|-----|-----|-------|--------|----------|
| 1. Kaygı | 1.29 | .56 | .41 | .77 | -.04 | .15* | .77 |
| 2. Keyifsizlik | 1.36 | .69 | .54 | .85 | -.04 | .29** | .85 |
| 3. Öfke | 1.32 | .64 | .50 | .80 | .002 | .26** | .80 |
| 4. Coşku | 2.31 | .84 | .62 | .87 | .39** | -.26** | .87 |
| 5. Mutluluk | 2.36 | .86 | .58 | .84 | .36** | -.15* | .84 |

*p<.05, **p<.01

PD: Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği - Pozitif Duygu alt boyutu

ND: Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği - Negatif Duygu alt boyutu

Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği'ne ait "Negatif Duygu" alt boyutu ile "Kaygı" ($r= 0.15$, $p< 0.05$), "Keyifsizlik" ($r= 0.29$, $p< 0.01$) ve "Öfke" ($r= 0.26$, $p< 0.01$) alt boyutları arasında pozitif yönlü, "Coşku" ($r= -0.26$, $p< 0.01$) ve "Mutluluk" ($r= -0.15$, $p< 0.05$) alt boyutları ile negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeğine ait "Pozitif Duygu" alt boyutu ile "Coşku" ($r= 0.39$, $p< 0.01$) ve "Mutluluk" ($r= 0.36$, $p< 0.01$) alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Bunun yanında alt boyutlara ait AVE değerleri 0.41 (Kaygı) ile 0.62 (Coşku) aralığında yer alırken CR değerleri 0.77 (Kaygı) ile 0.87 (Coşku) aralığında değişmektedir.

Güvenirlilik Çalışması

Spor Duygu Ölçeğinin güvenirliliğini test etmek amacıyla hesaplanan Cronbach's Alpha iç tutarlık katsayısı Tablo 4'te yer almaktadır. Alt boyutlar için hesaplanan iç tutarlık katsayısı $\alpha= 0.77$ (Kaygı) ile $\alpha= 0.87$ (Coşku) aralığında bulunmuştur.

TARTIŞMA

Bu araştırma kapsamında Spor Duygu Ölçeğinin Türkçe formu oluşturulmuş ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi amacıyla geçerlik ve güvenirlilik analizi yapılmıştır. Ölçeğin geçerliği için yapı geçerliği, yakınsak ve ıraksak geçerliği incelenmiştir. Ölçeğin yapı geçerliği için yapılan DFA sonucunda elde edilen uyum indeksleri, $\chi^2/sd=1.383$, RMR=0.05, GFI=0.89, CFI=0.95 ve RMSEA=0.05 olarak bulunmuştur. DFA kapsamında kullanılan bu indekslerin, kabul edilebilir sınırlarda olması için ki kare (χ^2) değerinin serbestlik derecesine oranının 0.05'den küçük olması, CFI değerinin 0.95'ten büyük olması, GFI değerinin 0.85'den büyük

olması ve RMSEA değerinin 0.08'den küçük olması gerekmektedir (Byrne, 2010; Hu ve Bentler, 1999; Kline, 2011). Bu araştırma kapsamında elde edilen uyum indeksleri incelendiğinde ölçeğe ait uyum değerlerinin kabul edilebilir sınırlar içinde olduğu görülmektedir. Ölçeğin orijinalinde (Jones ve ark., 2005), İtalyanca versiyonunda (Robazza ve ark., 2016) ve Fransızca versiyonunda (Martinent ve ark., 2018) da benzer şekilde kabul edilebilir uyum değerleri elde edilmiştir. Arnold ve Fletcher (2015) ölçeğin ölçüm değişmezliğini cinsiyet, spor tipi, rekabetçi yapı ve rekabet deneyimi değişkenlerine göre analiz etmiştir. Bu çalışmada tüm gruplara göre elde edilen uyum indeksleri ile bu araştırma kapsamında elde edilen değerler birbirini destekler niteliktedir.

Ölçeğin yakınsak ve ıraksak geçerliği için yapılan korelasyon analizi sonucunda, Coşku ve Mutluluk alt boyutları, Pozitif Duygu alt boyutu ile pozitif yönlü, Negatif Duygu alt boyutu ile negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Bunun yanında Kaygı, Keyifsizlik ve Öfke alt boyutları ile Negatif duygu alt boyutu arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Elde edilen bu verilere göre, Spor Duygu Ölçeğine ait hoş olan duygular (Coşku ve Mutluluk) ile Pozitif Duygu alt boyutu arasında pozitif yönlü ve Negatif Duygu alt boyutu arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Spor Duygu Ölçeğine ait hoş olan duygular ile pozitif duygular arasında pozitif yönlü ilişki bulunması araştırmanın yakınsak geçerliği, negatif duygular ile arasında negatif yönlü ilişkinin bulunması da araştırmanın ıraksak geçerliği kapsamında belirlenen hipotezi doğrulamaktadır. Aynı zamanda Spor Duygu Ölçeğine ait hoş olmayan duygular (Kaygı, Keyifsizlik ve Öfke) ile Negatif Duygu alt boyutu arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunurken, Pozitif Duygu alt boyutu ile anlamlı ilişkinin bulunmaması yakınsak ve ıraksak geçerlik için beklenen bulgulardır. Spor Duygu Ölçeğine ait hoş olmayan duygular ile negatif duygular arasında pozitif yönlü bir ilişkinin bulunması araştırmanın yakınsak geçerliği, pozitif duygular ile arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmaması da araştırmanın ıraksak geçerliği kapsamında belirlenen hipotezi doğrulamaktadır.

Spor Duygu Ölçeğinin yakınsak ve ıraksak geçerliği hakkında daha fazla bilgi edinmek amacıyla AVE ve CR değerleri incelendiğinde, Spor Duygu Ölçeği tüm alt boyutlarının CR değerleri kritik değer olan 0.70'in üzerindedir. AVE değerleri incelendiğinde sadece Kaygı alt boyutunun kritik değer olan 0.50'den düşük olduğu görülmektedir. Alan yazında AVE değerinin 0.50'den büyük olması gerektiğini belirten kaynakların (Hair ve ark., 2010) yanında 0.40 ile 0.50 değerleri arasında elde edilen AVE değerlerini de kabul edilebilir olarak değerlendiren yayınlar bulunmaktadır (Huang, Wang, Wu ve Wang, 2013). Bu nedenle elde edilen bu bulguların ölçeğin yakınsak ve ıraksak geçerliği kapsamında elde edilen bulguları desteklediği düşünülmektedir.

Ölçeğin güvenilirliği için hesaplanan Cronbach's Alpha iç tutarlık katsayıları 0.77 (Kaygı) ile 0.87 (Coşku) aralığında değişmektedir. Bu değerler ölçeğin alt boyutlarına iç tutarlık katsayılarının kabul edilebilir ve yüksek düzeyde güvenilir olduklarını göstermektedir (Field, 2009). Ölçeğin orijinal çalışmasında (Jones ve ark., 2005) iç tutarlık katsayıları 0.81 ile 0.88 aralığında bulunurken, sporcuların müsabakadan sonra duygularının ölçüldüğü bir çalışmada (Allen ve ark., 2011) ise iç tutarlık katsayıları 0.70 ile 0.89 aralığında bulunmuştur. Benzer şekilde ölçeğin İtalyanca formunda (Robazza ve ark., 2016) iç tutarlık katsayıları 0.71 - 0.86 aralığında, Fransızca formunda (Martinent ve ark., 2018) ise 0.78 - 0.88 aralığında bulunmuştur. Elde edilen bu bulgular, araştırma kapsamında elde edilen bulguları desteklemektedir. Ölçek maddelerine ait madde toplam puan korelasyonu ise 0.41 - 0.75 aralığında yer almaktadır. Maddelere ait ayırt edicilik değerlerinin 0.30 ve üzerinde olması maddelerin yüksek düzeyde ayırt ediciliğe sahip olduğunu belirtmektedir (Büyüköztürk, 2012). Bu nedenle ölçek maddelerinin yüksek düzeyde ayırt ediciliğe sahip olduğu söylenebilir.

Tüm bu verilerden hareketle Spor Duygu Ölçeği Türkçe formunun, sporcuların duygularını ölçmek için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu söylenebilir. Bu ölçme aracı sporcuların duygularını, müsabakadan önce durumluk olarak ve müsabakadan sonra, müsabaka anında yaşadıklarına yönelik olarak ölçmektedir. Bu sayede sporcuların duyguları ile ilgili birçok araştırmanın yapılmasına olanak sağlamaktadır. Sporcuların duygularının performans, fizyolojik, bilişsel ve psikolojik becerilere olan etkisi incelenebilecektir. Aynı zamanda müsabakadan önce yaşanan durumluk duygu ve müsabakada yaşanan duygularla ilgili ayrı ayrı çalışmalar yapılarak duyguların spor ortamındaki yeri ve önemi hakkında daha fazla bulgu elde edilecektir. Özellikle sporda duygular ile yapılan çalışmaların kaygı ve stres duyguları üzerinde yoğunlaştığı görülmektedir. Bu ölçme aracı sayesinde kaygı duygusunun yanında keyifsizlik, öfke, coşku ve mutluluk gibi farklı duygularla ilgili de çalışmalar yapılacaktır. Yapılmış ve yapılacak olan araştırmalardan elde edilen bulguların sporcularla yapılacak olan uygulamalı spor psikolojisi çalışmalarına da katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Uygulamalı spor psikolojisine yapılacak katkılardan birisi sporcuların duygularını geniş bir yelpazede değerlendirerek duygu odaklı çalışmaları detaylandırarak olmasıdır. Aynı zamanda sporculara etki eden duyguların belirlenmesi sporcularla yapılacak olan psikolojik beceri antrenmanı gibi uygulamaları da destekleyecektir. Psikolojik beceri antrenmanı yapısı itibari ile içerisinde birçok zihinsel antrenman tekniğini kullanmaya olanak sağlamaktadır. Sporcuya etki eden duygular belirlendikten sonra sporcunun bu duyguyu müsabakadan önce veya müsabaka sırasında kullanabilmesi için farklı zihinsel antrenman tekniklerinden yararlanabilecektir. Bu sayede sporcularla yapılan çalışmalar uygulamalı olarak sporcunun psikolojik gelişimine ve performansına katkı sağlayacaktır.

Bu araştırma kapsamında ölçme aracı sporculara müsabakadan sonra o müsabakada yaşadıkları duyguları belirtmeleri istenerek uygulanmıştır. Daha sonra yapılacak araştırmalarda sporcuların müsabakadan önceki durumluk duyguları da göz önünde bulunarak yeni araştırmalar ve geçerlik, güvenilirlik analizleri yapılabilir. Yapılacak olan bu araştırmalarda Rasch analizi, Madde Tepki Kuramı (Item Response Theory) ve Çoklu-Özellik Çoklu-Yöntem (Multitrait Multimethod) gibi farklı analiz yöntemleri kullanılarak ölçeğin maddeleri ve yapısı hakkında daha detaylı bilgiler elde edilebilir.

KAYNAKLAR

- Allen, M. S., Jones, M. V., Sheffield, D. (2011). Are the causes assigned to unsatisfactory performance related to the intensity of emotions experienced after competition. *Sport & Exercise Psychology Review*, 7(1), 3-10.
- Arnold, R., Fletcher, D. (2015). Confirmatory factor analysis of the Sport Emotion Questionnaire in organisational environments. *Journal of Sports Sciences*, 33(2), 169-179.
- Balk, Y. A., Adriaanse, M. A., De Ridder, D. T., Evers, C. (2013). Coping under pressure: Employing emotion regulation strategies to enhance performance under pressure. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 35(4), 408-418.
- Beedie, C.J., Terry, P.C., Lane, A.M. (2000). The profile of mood states and athletic performance: Two meta-analyses. *Journal of Applied Sport Psychology*, 12, 49-68.
- Brandt, R., Bevilacqua, G. G., Andrade, A. (2017). Perceived sleep quality, mood states, and their relationship with performance among Brazilian elite athletes during a competitive period. *Journal of Strength & Conditioning Research*, 31(4), 1033-1039.

- Brandt, R., da Silveira Viana, M., Brusque Crocetta, T., Andrade, A. (2016). Association between mood states and performance of Brazilian elite sailors: Winners vs. non-winners. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 11(32), 119-125.
- Brislin, R. W. (1986). The wording and translation of research instruments. In WJ Lonner, JW Berry (Eds.), *Field Methods in Cross-Cultural Research* (pp.137-164). Newbury Park, CA: Sage Publications.
- Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem Akademi.
- Byrne, B. M. (2010). *Structural equation modeling with AMOS*. New York: Routledge.
- Campos, B., Keltner, D., Tapias, M. P. (2004). Emotion. In C. Spielberger (Ed.), *Encyclopedia of Applied Psychology* (pp.713-722). Academic Press.
- Campos, J. J., Campos, R. G., Barrett, K. C. (1989). Emergent themes in the study of emotional development and emotion regulation. *Developmental Psychology*, 25(3), 394.
- Chapman, C., Lane, A.M., Brierley, J.H., Terry, P.C. (1997). Anxiety, self-confidence and performance in taekwon-do. *Perceptual & Motor Skills*, 85, 1275-1278.
- Craft, L.L., Magyar, T.M., Becker, B.J., Feltz, D.L. (2003). The relationship between the Competitive State Anxiety Inventory-2 and sport performance: A meta-analysis. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 25, 44-65.
- Crocker, P. R. (1997). A confirmatory factor analysis of the Positive Affect Negative Affect Schedule (PANAS) with a youth sport sample. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 19(1), 91-97.
- Dunn, J. G., Gotwals, J. K., Dunn, J. C., Syrotuik, D. G. (2006). Examining the relationship between perfectionism and trait anger in competitive sport. *International Journal of Sport & Exercise Psychology*, 4(1), 7-24.
- Field, A. (2009). *Discovering statistics using SPSS*. Sage Publications.
- Frijda, N.H. (1988). The laws of emotion. *American Psychologist*, 43(5): 349-358.
- Gaudreau, P., Sanchez, X., Blondin, J. P. (2006). Positive and negative affective states in a performance-related setting: Testing the factorial structure of the PANAS across two samples of French-Canadian participants. *European Journal of Psychological Assessment*, 22(4), 240-249.
- Gross, J. J. (1999). Emotion regulation: Past, present, future. *Cognition & Emotion*, 13(5), 551-573.
- Hair, J. F. Jr., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E. (2010). *Multivariate data analysis* (7th ed.). New Jersey: Pearson Prentice Hall.
- Hanin, Y. L. (2007). Emotions in Sport: Current Issues and Perspectives. In G. Tenenbaum & R.C. Eklund (Eds.). *Handbook of Sport Psychology* (pp. 31-58). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Hanin, Y., Syrjä, P. (1995). Performance affect in junior ice hockey players: An application of the Individual Zones of Optimal Functioning model. *The Sport Psychologist*, 9, 169-187.
- Hu, L. T., Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6, 1-55.
- Huang, C. C., Wang, Y. M., Wu, T. W., Wang, P. A. (2013). An empirical analysis of the antecedents and performance consequences of using the moodle platform. *International Journal of Information & Education Technology*, 3(2), 217.
- James, W. (1884). What is an emotion? *Mind*, 9(34): 188-205.
- Jokela, M., Hanin, Y.L. (1999). Does the individual zones of optimal functioning model discriminate between successful and less successful athletes: A meta-analysis. *Journal of Sports Sciences*, 17, 873-887.
- Jones, M. V. (2003). Controlling emotions in sport. *The Sport Psychologist*, 17, 471-486.

- Jones, M. V. (2012). Emotion regulation and performance. In S. M. Murphy (Ed.), *The Oxford Handbook of Sport and Performance Psychology* (pp. 154-172). New York: Oxford University Press.
- Jones, M. V., Lane, A. M., Bray, S. R., Uphill, M., Catlin, J. (2005). Development and validation of the Sport Emotion Questionnaire. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 27(4), 407-431.
- Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling*. Third ed., New York: Guilford Press.
- Lan, M. F., Lane, A. M., Roy, J., Hanin, N. A. (2012). Validity of the Brunel Mood Scale for use with Malaysian athletes. *Journal of Sports Science & Medicine*, 11(1), 131.
- Lazarus, R.S. (1991). *Emotion and Adaptation*. New York: Oxford University Press.
- Martens, R., Burton, D., Vealey, R.S., Bump, L.A., Smith, D.E. (1990). Development and validation of the Competitive State Anxiety Inventory-2. In R. Martens, R.S. Vealey, & D. Burton (Eds.), *Competitive Anxiety in Sport* (pp. 117-190). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Martens, R., Vealey, R. S., Burton, D. (Eds.) (1990). *Competitive Anxiety in Sport* (pp. 1- 64). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Martinent, G., Gareau, A., Lienhart, N., Nicaise, V. Guillet-Descas, E. (2018). Emotion profiles and their motivational antecedents among adolescent athletes in intensive training settings. *Psychology of Sport & Exercise*, 35, 198-206.
- Maxwell, J. P., Moores, E. (2007). The development of a short scale measuring aggressiveness and anger in competitive athletes. *Psychology of Sport & Exercise*, 8(2), 179-193.
- McCarthy, P. J. (2011). Positive emotion in sport performance: current status and future directions. *International Review of Sport & Exercise Psychology*, 4(1), 50-69.
- McCormick, A., Meijen, C., Marcora, S. (2018). Effects of a motivational self-talk intervention for endurance athletes completing an ultramarathon. *The Sport Psychologist*, 32(1), 42-50.
- McNair, P. M., Lorr, M., Droppleman, L. F. (1981). *POMS manual*. San Diego: Educational & Industrial Testing Service.
- Morgan, C. T. (2011). *A Brief Introduction to Psychology*. New York: McGraw-Hill.
- Mowlaie, M., Besharat, M. A., Pourbohlool, S., Azizi, L. (2011). The mediation effects of self-confidence and sport self-efficacy on the relationship between dimensions of anger and anger control with sport performance. *Procedia-Social & Behavioral Sciences*, 30, 138-142.
- Myers, D. G. (2010). *Emotion, Stress, and Healty*. In D. G. Myers (Ed.), *Psychology* (pp. 497-551). New York: Worth Publishers.
- Özgüngör, S. (2018). Duygular. In Ş. Işık (Ed.), *Psikolojiye Giriş* (pp. 155-217). Ankara: Pegem Akademi.
- Prapavessis, H. (2000). The POMS and sports performance: A review. *Journal of Applied Sport Psychology*, 12, 34-48.
- Robazza, C. (2006). Emotion in sport: An IZOF perspective. In S. Hanton & S. D. Mellalieu (Eds.), *Literature reviews in sport psychology* (pp. 127-158). New York: Nova Science.
- Robazza, C., Bertollo, M., Ruiz, M. C., Bortoli, L. (2016). Measuring psychobiosocial states in sport: Initial validation of a trait measure. *PLoS ONE*, 11(12), e0167448. doi:10.1371/journal.pone.0167448.
- Robazza, C., Pellizzari, M., Hanin, Y. (2004). Emotion self-regulation and athletic performance: An application of the IZOF model. *Psychology of Sport and Exercise*, 5(4), 379-404.

Ruiz, M., Hanin, Y. (2004). Metaphoric description and individualized emotion profiling of performance states in top karate athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 16, 258-273.

Ruiz, M. C., Hanin, Y. (2011). Perceived impact of anger on performance of skilled karate athletes. *Psychology of Sport & Exercise*, 12(3), 242-249.

Smith, R. E., Smoll, F. L., Cumming, S. P., Grossbard, J. R. (2006). Measurement of multidimensional sport performance anxiety in children and adults: The Sport Anxiety Scale-2. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 28(4), 479-501.

Strongman, K. T. (2003). *The Psychology of Emotion*. John Wiley & Sons.

Sorokowski, P., Sorokowska, A., Onyishi, I. E., Szarota, P. (2013). Montesquieu hypothesis and football: players from hot countries are more expressive after scoring a goal. *Polish Psychological Bulletin*, 44(4), 421-430.

Terry, P. C., Lane, A. M., Fogarty, G. (2003). Construct validity of the Profile of Mood States-A for use with adults. *Psychology of Sport & Exercise*, 4, 125-139.

Terry, P.C., Lane, A.M. (2000). Normative values for the Profile of Mood States for use with athletic samples. *Journal of Applied Sport Psychology*, 12, 93-109.

Vast, R. L., Young, R. L., Thomas, P. R. (2010). Emotions in sport: Perceived effects on attention, concentration, and performance. *Australian Psychologist*, 45(2), 132-140.

Wagstaff, C. R. D. (2014). Emotion regulation and sport performance. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 36(4), 401-412.

Watson, D., Clark, L. A., Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of Personality & Social Psychology*, 54(6), 1063-1070.

Woodman, T., Davis, P. A., Hardy, L., Callow, N., Glasscock, I., Yuill-Proctor, J. (2009). Emotions and sport performance: An exploration of happiness, hope, and anger. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 31(2), 169-188.

Woodman, T., Hardy, L. (2003). The relative impact of cognitive anxiety and self-confidence upon sport performance: A meta-analysis. *Journal of Sports Sciences*, 21(6), 443-457.

Geliş Tarihi (Received): 27.02.2019
Kabul Tarihi (Accepted): 23.10.2019
SPORMETRE, 2019,17(4),56-67
DOI: 10.33689/spormetre.533369

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİNDE ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN MEDYA OKURYAZARLIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Yunus Sinan BİRİCİK¹

¹Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum

Öz: Bu çalışmada; spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin medya okuryazarlık düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma grubunu Atatürk Üniversitesi'nde 2016-2017 güz yarıyılında Spor Bilimleri Fakültesinin; Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, Spor Yöneticiliği, Antrenörlük ve Rekreasyon bölümlerinde öğrenim gören 90 kadın ve 202 erkek olmak üzere toplam 292 öğrenciden oluşturmaktadır. Medya Okuryazarlık Düzey Belirleme Ölçeği (Media Literacy Level Determination Scale) Karaman ve Karataş (2009) tarafından geliştirilmiş olup beşli likert tipinde üç boyutlu ve 17 maddeden oluşan bir ölçektir. Verilerin analizinde katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek için frekans analizi; cinsiyet, öğrenim şekli ve gazeteleri takip etme değişkenine göre medya okuryazarlık düzeylerinin karşılaştırılmasında bağımsız gruplarda t-testi uygulanmıştır. Bölüm, sınıf, haftalık TV izleme sıklığı ve haftalık internet kullanım sıklığı durumlarına göre medya okuryazarlık düzeylerinin karşılaştırılmasında Tek Yönlü Varyans analizi (ANOVA) ve gruplar arasındaki farkın kaynağını belirlemek için de Tukey testi uygulanmıştır. Yapılan analizler sonucunda erkek öğrencilerin, kadın öğrencilere oranla yargılayabilme / örtük mesajları görebilme alt boyutunda daha yüksek medya okuryazarlık düzeyine sahip oldukları tespit edilmiştir. Spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin medya okuryazarlık alışkanlıklarının geliştirilmesi adına seçmeli derslerde bu programa yer verilmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelime: Medya Okuryazarlığı, Spor Bilimleri, Üniversite Düzeyi

STUDY OF MEDIA LITERACY LEVELS OF STUDENTS LEARNED IN SPORTS SCIENCES FACULTY

Abstract: In this study, it is aimed to examine the media literacy levels of the students studying in the faculty of sports sciences. The research group was conducted by Atatürk University in 2016-2017 fall semester. There are 292 students (90 females and 202 males) studying in the departments of Physical Education and Sports Teaching, Sports Management, Coaching and Recreation in total. The Media Literacy Level Determination Scale was developed by Karaman and Karataş (2009) and is a three-point Likert-type three-dimensional scale with 17 items. Frequency analysis to determine the demographic characteristics of the participants in the analysis of data; t-test was used in independent groups to compare media literacy levels according to gender, type of education and follow-up of newspapers. One-way analysis of variance (ANOVA) was used to compare media literacy levels according to episode, class, weekly TV viewing frequency and weekly frequency of internet usage, and Tukey test was applied to determine the source of difference between groups. As a result of the analyzes, it was determined that male students had higher media literacy level in terms of being able to judge / see implicit messages compared to female students. It is recommended to include this program in the elective courses in order to improve media literacy habits of students studying in the field of sports science.

Keywords: Media Literacy, Sports Sciences, University Level

GİRİŞ

Son yıllarda bilgi ve iletişim teknolojilerinde yaşanan hızlı gelişmeler, toplumun her alanında önemli değişiklikler yaparak yeniden yapılanma sürecini devam ettirmektedir. Bu nedenle de medyalara erişimin oldukça fazla olması ve her yerde kullanılabilir olması normal bir durumdur. (Gutierrez ve ark., 2012). Medya içerikleri bireylere, uygun olan ve uygun olmayan davranışları,

toplumsal cinsiyet farklılıklarını, değerleri ve dünya hakkında bilgileri sunmaktadır. Genellikle insanlar, medyanın kültürü tarafından eğitildiğinin ve şekillendiğinin farkında olmazlar. Bu nedenle de medyadan yayılan iletiler, gizli ve bilinçaltına yönelik olmaktadır. Medyanın nasıl anlam inşa ettiği, nasıl etkilediği ve yaratmış olduğu mesajları ve içerikleri ile izleyici üzerinde nasıl bir iz bıraktığını bireylerin anlamlandırabilmesi için geleneksel okuryazarlığın yanında başka bir okuryazarlığa da ihtiyaçları vardır. Bu ihtiyacı da medya okuryazarlığı karşılamaktadır. (Kelner, 2014).

Medya okuryazarlığı, geleneksel olarak bilinen okuryazarlıktan oldukça farklı anlamlar içerir. Bireylerin medya ile karşı karşıya kaldıkları zaman medya içeriklerini daha iyi anlamlandırmak için kullanacakları bir bakış açısı sunar. (Kutoğlu, 2016). Kısacası medya okuryazarlığı; yazılı, görsel ve işitsel (radyo, televizyon, video, sinema, reklamlar, internet vs.) medya içeriklerine erişim, bu içerikleri çözümüleme, anlamlandırma ve ileti becerileri olarak tanımlanmaktadır (İnceoğlu, 2016). Medya okuryazarlığı, televizyon, radyo, gazeteler, dergiler, kitaplar, reklam panoları, video oyunlar, işaretler, müzikler ve internet içerikleri gibi medya türlerini anlamaya ve çözümlemeyi sağlayan, doğru kullanım becerilerinin öğrenildiği bir okuryazarlık türüdür. Bu okuryazarlığı olan bireyler, medya mesajlarının nasıl inşa edildiğini, yüzeyin altına gizlenmiş anlamları keşfedebilir ve kendi medya içeriklerini oluşturma da daha aktif hale gelebilir (Juneau, 2014).

Livingstone (2004)' a göre, medya okuryazarlığının değişen doğası ve kullanımlarında, medya okuryazarlığını çeşitli bağlamlarda mesajlara erişme, analiz etme, değerlendirme ve oluşturma yeteneği olarak tanımlanmaktadır. Bu dört bileşenli model, baskı, yayıncılık ve internete eşit derecede iyi uygulama avantajını sağlayarak bireylere yardımcı olmaktadır. Medya okuryazarlığı becerilerinin, çocuklara, gençlere ve yetişkinlere yardımcı olabileceğini ve medya okuryazarlığı olan bir bireyin aşağıdaki özellikleri kendinde barındırdığını belirtir:

- Medya mesajlarının nasıl anlam yarattığını, anlama becerileri vardır.
- Belirli bir medya mesajını kimin oluşturduğunu belirleyip, ideolojisini anlamaktadır.
- Medya içeriklerini oluşturan kişilerin, oluşturmuş olduğu içeriklerin altında yatan gizli anlamları keşfeder.
- Kullanılan araçları etkin ve verimli bir şekilde kullanır.
- Önyargı, eşitsizlikler, yanlış enformasyon ve yönlendirmelerin farkına varır.
- Medya metinlerinde verilen gerçekliğin gösterilmeyen tarafını keşfeder.
- Medya mesajlarını kendi deneyimlerimiz, inançları ve değerlerine göre değerlendirme yeteneğine sahiptir (Livingstone 2004).

Medya artık özellikle internet aracılığıyla, her zamankinden daha fazla tanıtıma erişim imkânı sunmaktadır. Özellikle, bilgisayarlar ve İnternet hızla temsili formlarda bilgiyi aramak, seçmek, toplamak, saklamak ve iletmek için baskın kültürel araçlarımız haline gelmektedir (Jenkins, 2006; Kuiper ve ark., 2009). Medya içeriği ve medya kullanımına erişim, günümüzde küçük çocuklar tarafından bile gerçekleştiği için, çocukluk, gençlik ve olgunluk arasındaki sınırları da bulanıklaştırmaktadır. Bu tür nedenlerden ötürü de toplumlarda medya okuryazarlığına daha da

fazla ihtiyaç duyulmaktadır. Özellikle de çocuklar ve genç kullanıcılar göz önünde bulundurulduğunda küresel olarak medya okuryazarlarının artırılması, güvenli medya kullanımını sağlamak açısından önem teşkil etmektedir (Kotliainen ve Granlund, 2010). Çağımızda, bilgi patlaması yaşanmakta ve geçmişte oldukça önemli olan bilgiye ulaşım, şu anda herkesin kolaylıkla ulaşabileceği bir hal almıştır. Bu noktada da bireylerin ilgi alanları çerçevesinde bilgiye erişimleri için kolaylık sağlayan medyalar mevcuttur (Özad, 2016).

Kitle iletişim araçlarını kullananlar ve bunlar için içerik üretenlerin, eleştirel düşünme ve yaratıcı problem çözme becerilerine sahip olmaları gerekmektedir. Medya eğitimi, dünyanın her ülkesinde, her bireyin temel hakkının, ifade özgürlüğünün ve bilgi edinme hakkının bir parçasını oluşturmaktadır. Bu ülkelerde, demokrasinin oluşturulmasında ve sürdürülmesinde çok önemli bir unsurdur. İnsanlar, satırlar arasında okumayı öğrenirlerse, onlara ulaşan müzik videolarının, filmlerin ve diğer medya biçimlerinin kendilerine ne söylemek istediklerini tam olarak anlamlandırabilirler (<https://europa.eu>).

Medya okuryazarlığı ABD’de ortaya çıkan bir hareket olarak 1970’lerden itibaren İngiltere’de ve İskandinav ülkelerinde de yaygınlaşmaya başlamıştır. Medya okuryazarlığı, kurumsal olarak ancak 2000’de mart ayında yapılan Lizbon zirvesi ile AB gündemine girmiştir. Lizbon Zirvesi Avrupa Birliği’nin yeni enformasyon ve iletişim teknolojilerine dayalı bilgi toplumu ve bilgi ekonomisinin şekillendirildiği Avrupa’nın geleceğini yaratma konusundaki stratejilerin belirlendiği bir zirvedir (Pekman 2007; Akt: Uysal, 2016). Eğitim sistemlerinin yenilenmesi, niteliğinin artırılması ve bilgi teknolojilerinin kullanılmasının tüm toplumlarda yaygınlaşması temel hedeflerdir. Bu bağlamda da günümüz gençlerin önceki nesillere göre daha avantajlı konumda oldukları ve eski kuşaklara oranla daha fazla medya okuryazarı olabilecekleri söylenebilir.

Medya okuryazarlığı ile ilgili dünyada yürütülen uygulamalara bakıldığında, Finlandiya, İsveç, Norveç ve Danimarka’da medya okuryazarlığının 1970’lerden okul müfredatlarına girildiği görülmektedir. 1991’de Fransa’ yapılan uluslararası bir sempozyumda Afrika, Amerika ve Güney Asya’dan katılımcılar medya okuryazarlığının eğitim sisteminin bir parçası olması konusunda ortak görüşe varmışlardır (İnceoğlu, 2016). Medya okuryazarlığı eğitimi konusundaki çalışmaların Türkiye örneğinde ise, medya okuryazarlığı uygulamalarına 2000’li yılların başından itibaren rastlanılmaktadır. Medya okuryazarlığı dersinin, ilk yıl beş pilot okulda, sonrasında ise ülke genelinde “seçmeli” ders olarak ilköğretim müfredatına dâhil olmuştur. Radyo Televizyon Üst Kurulu ile Milli Eğitim Bakanlığı arasında imzalanan işbirliği protokolüne uygun olarak, 2006-2007 öğretim yılında farklı bölgelerdeki beş ilköğretim okulunda pilot olarak başlatılan medya okuryazarlığı dersi, 2007-2008 öğretim yılından itibaren ülke genelinde seçmeli ders olarak okutulmaya başlamıştır (Hasdemir, 2012). Dünyada yaşanan küreselleşme, deregülasyon ve medyanın özelleştirilmesi ve internet teknolojileri ile birlikte medyalara erişimin ve ulaşılabilirliğinin artması medya okuryazarlık eğitimini zorunlu kılmaktadır (İnceoğlu, 2016).

Ülkelerde medya okuryazarlık ile ilgili uygulamalara baktığımızda, ülke olarak geç kaldığımız görülmektedir. Şu anda seçmeli olarak okutulmaya başlanan medya okuryazarlığı dersini almayan kuşaklar bu konuda yeni jenerasyona oranla daha az bilgiye sahiptirler. Günümüzde şu an üniversite eğitimine devam eden genç kitlenin birçoğunun medya okuryazarlığı eğitimi almadığı düşünüldüğünde, medyaları kullanma eğilimleri ve nasıl kullandıklarına dair araştırmalar önem arz etmektedir. Bu bağlamda da çalışmamızın amacı, spor bilimleri alanında öğrenim gören üniversite öğrencilerinin medya içeriklerini algılama farkındalıklarından yola çıkılarak, medya okuryazarlık düzeylerinin incelenmesidir.

YÖNTEM

Örneklem ve Veri Kümesi: Araştırmanın evreni Atatürk Üniversitesi'nde 2016-2017 güz yarıyılında Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören toplam 1120 öğrenciden oluşmaktadır. Örneklem grubu ise; beden eğitimi ve spor öğretmenliği (76), spor yöneticiliği (72), antrenörlük (68) ve rekreasyon (76) bölümlerinde öğrenim gören 90 kadın ve 202 erkek olmak üzere toplam 292 öğrenciden oluşmaktadır. Anket basit tesadüfi örnekleme yöntemi ile Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'ndeki öğrenciler ile yüz yüze görüşme yapılarak anketin doldurulması istenmiştir. Evrenin büyüklüğü bakımından 300 adet anket dağıtılmış ve 8 anket eksik doldurulduğu için değerlendirilmeye alınmamıştır. Katılımcıların cinsiyet, bölüm, sınıf, öğrenim şekli, gazeteleri takip etme, haftalık TV izleme sıklığı ve haftalık internet kullanma sıklığı değişkenlerine göre frekans dağılımı Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo. 1 Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Bilgiler

| Cinsiyet | N | % | Gazeteleri Takip Etme | N | % |
|-------------------|----------|----------|------------------------------------|------------|------------|
| Kadın | 90 | 30,8 | Evet | 98 | 33,6 |
| Erkek | 202 | 69,2 | Hayır | 194 | 66,4 |
| Bölüm | N | % | Haftalık TV İzleme Sık. | N | % |
| Öğretmenlik | 76 | 26,0 | 1 saatten az | 151 | 51,7 |
| Spor Yöneticiliği | 72 | 24,7 | 1-5 saat | 102 | 34,9 |
| Antrenörlük | 68 | 23,3 | 6-10 saat | 22 | 7,5 |
| Rekreasyon | 76 | 26,0 | 11-20 saat | 10 | 3,4 |
| | | | 20 saatten fazla | 7 | 2,4 |
| Sınıf | N | % | Haftalık İnt. Kullanım Sık. | N | % |
| 1.sınıf | 119 | 40,8 | 1 saatten az | 7 | 2,4 |
| 2.sınıf | 61 | 20,9 | 1-5 saat | 48 | 16,4 |
| 3.sınıf | 55 | 18,8 | 6-10 saat | 68 | 23,3 |
| 4.sınıf | 57 | 19,5 | 11-20 saat | 59 | 20,2 |
| | | | 20 saatten fazla | 110 | 37,7 |
| Öğrenim | N | % | Toplam | 292 | 100 |
| Örgün | 166 | 56,8 | | | |
| II. Öğretim | 126 | 43,2 | | | |

Katılımcıların cinsiyetlerine ilişkin dağılımlarına bakıldığında 90 kişi ile % 30,8'inin kadın; 202 kişi ile % 69,2'sinin erkek olduğu görülmektedir. Katılımcıların bölümlerine ilişkin dağılımlarına bakıldığında 76 kişi ile % 26,0'ının Öğretmenlik, 72 kişi ile % 24,7'sinin Spor Yöneticiliği, 68 kişi ile % 23,3'ünün Antrenörlük ve 76 kişi ile % 26,0'ının Rekreasyon bölümü öğrencisi olduğu görülmektedir. Katılımcıların sınıflarına ilişkin dağılımlarına bakıldığında 119 kişi ile % 40,8'inin 1. sınıf, 61 kişi ile % 20,9'unun 2. sınıf, 55 kişi ile % 18,8'inin 3. sınıf ve 57 kişi ile % 19,5'inin 4. sınıf öğrencisi oldukları görülmektedir.

Katılımcıların öğrenim şekillerine ilişkin dağılımlarına bakıldığında 166 kişi ile % 56,8'inin örgün öğretim, 126 kişi ile % 43,2'inin II. öğretim öğrencisi olduğu görülmektedir. Katılımcıların gazeteleri takip etmelerine ilişkin dağılımlarına bakıldığında; 98 kişi ile % 33,6'sının evet, 194 kişi ile % 66,4'ünün hayır cevabını verdikleri görülmektedir. Haftalık TV izleme sıklığına ilişkin dağılımlarına bakıldığında; 151 kişi ile % 51,7'sinin 1 saatten az, 102 kişi ile % 34,9'unun 1-5 saat,

22 kişi ile % 7,5'sinin 6-10 saat, 10 kişi ile % 3,4'ünün 11-20 saat ve 7 kişi ile % 2,4'ünün 20 saatten fazla cevabını verdikleri görülmektedir. Haftalık internet kullanma sıklığına ilişkin dağılımlarına bakıldığında; 7 kişi ile % 2,4'ünün 1 saatten az, 48 kişi ile % 16,4'ünün 1-5 saat, 68 kişi ile % 23,3'ünün 6-10 saat, 59 kişi ile % 20,2'sinin 11-20 saat ve 110 kişi ile % 37,7'sinin 20 saatten fazla cevabını verdikleri görülmektedir.

Veri Toplama Araçları: Medya Okuryazarlık Düzey Belirleme Ölçeği (Media Literacy Level Determination Scale) Karaman ve Karataş (2009) tarafından geliştirilmiş olup beşli likert tipinde üç boyutlu (bilgi sahibi olma, analiz edebilme ve tepki oluşturabilme, yargılayabilme / örtük mesajları görebilme) ve 17 maddeden oluşan bir ölçektir. Ölçekte tersten puanlandırma olmayıp katılımcıların ölçekteki ifadelerle katılım şiddeti, (1) Hiçbir zaman, (2) Nadiren, (3) Ara sıra, (4) Sıklıkla ve (5) Her Zaman'ı ifade edecek şekildedir. Anket çalışması 01–30 Kasım 2016 tarihleri arasında yapılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Bu formda katılanların sosyo-demografik ve bazı özelliklerine yönelik (cinsiyet, bölüm, sınıf, öğrenim şekli, gazeteleri takip etme, haftalık TV izleme sıklığı ve haftalık internet kullanma sıklığına ilişkin) sorular bulunmaktadır.

Verilerin Analizi: Verilerin analizinde katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek için frekans analizi; cinsiyet, öğrenim şekli ve gazeteleri takip etme değişkenine göre medya okuryazarlık düzeylerinin karşılaştırılmasında bağımsız gruplarda t-testi uygulanmıştır. Bölüm, sınıf, haftalık TV izleme sıklığı ve haftalık internet kullanım sıklığı durumlarına göre medya okuryazarlık düzeylerinin karşılaştırılmasında Tek Yönlü Varyans analizi (ANOVA) ve gruplar arasındaki farkın kaynağını belirlemek için de Tukey testi uygulanmıştır. Elde edilen verilerin çözümlenmesinde, bilgisayar ortamında SPSS 20 istatistik paket programından yararlanılmış ve anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak alınmıştır.

BULGULAR

Tablo. 2 Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Medya Okuryazarlık Düzeyleri Farklılıklarının Karşılaştırılması

| Alt Boyutlar | Cinsiyet | N | Ort. | Ss. | T | P(sig.) |
|---|----------|-----|------|------|-------|--------------|
| Bilgi Sahibi Olma | Kadın | 90 | 4,01 | ,751 | -,256 | ,798 |
| | Erkek | 202 | 3,99 | ,595 | | |
| Analiz Edebilme ve Tepki Oluşturabilme | Kadın | 90 | 3,45 | ,776 | 1,239 | ,477 |
| | Erkek | 202 | 3,57 | ,688 | | |
| Yargılayabilme / Örtük Mesajları Görebilme | Kadın | 90 | 3,65 | ,882 | 1,986 | ,048* |
| | Erkek | 202 | 3,84 | ,671 | | |

Tablo 2'den görüldüğü gibi çalışmaya katılanların cinsiyetlerine göre medya okuryazarlık düzeyi alt boyutlarının karşılaştırılmasında; bilgi sahibi olma ($p = ,798$) ile analiz edebilme ve tepki oluşturabilme ($p = ,477$) alt boyutlarında anlamlı farklılığa rastlanmazken; yargılayabilme / örtük mesajları görebilme ($p = ,048$), alt boyutunda anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Buna göre; erkek

öğrencilerin, kadın öğrencilere oranla yargılayabilme / örtük mesajları görebilme alt boyutunda daha yüksek medya okuryazarlık düzeyine sahip oldukları tespit edilmiştir.

Tablo. 3 Katılımcıların Öğrenim Şekillerine Göre Müşteri Bağlılık Farklılıklarının Karşılaştırılması

| Alt Boyutlar | Öğretim Şekli | N | Ort. | Ss. | T | P(sig.) |
|---|---------------|-----|------|------|--------|--------------|
| Bilgi Sahibi Olma | Örgün | 166 | 3,88 | ,710 | -3,750 | ,000* |
| | II. Öğretim | 126 | 4,16 | ,510 | | |
| Analiz Edebilme ve Tepki Oluşturabilme | Örgün | 166 | 3,45 | ,743 | -2,266 | ,477 |
| | II. Öğretim | 126 | 3,64 | ,668 | | |
| Yargılayabilme / Örtük Mesajları Görebilme | Örgün | 166 | 3,73 | ,797 | -1,268 | ,206 |
| | II. Öğretim | 126 | 3,85 | ,671 | | |

*: p<0,05

Tablo 3'den görüldüğü gibi çalışmaya katılanların öğretim şekillerine göre medya okuryazarlık düzeyi alt boyutlarının karşılaştırılmasında; analiz edebilme ve tepki oluşturabilme (p=,477) ile yargılayabilme / örtük mesajları görebilme (p=,206) alt boyutlarında anlamlı farklılığa rastlanmazken; bilgi sahibi olma (p=,000) alt boyutunda anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Buna göre; II. öğretimde okuyan öğrencilerinin, örgün öğretimde okuyan öğrencilerine oranla bilgi sahibi olma alt boyutunda daha yüksek medya okuryazarlık düzeyine sahip oldukları tespit edilmiştir. Ayrıca genel ortalamalara bakıldığında; II. öğretimde okuyan öğrencilerin araştırmaya yönelik medya okuryazarlık düzeyi alt boyutlarının puan ortalamasının örgün öğretimde okuyan öğrencilere oranla yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 4. Katılımcıların Bölümlerine İlişkin Medya Okuryazarlık Bağlılık Farklılıklarının Karşılaştırılması

| Alt Boyutlar | Bölüm | N | Ort. | Ss | F | P(sig.) | Fark (Tukey) |
|---|-------------------|----|------|------|-------|--------------|---------------|
| Bilgi Sahibi Olma | Öğretmenlik | 76 | 3,87 | ,655 | 2,748 | ,043* | 2>1 |
| | Spor Yöneticiliği | 72 | 4,17 | ,546 | | | |
| | Antrenörlük | 68 | 3,95 | ,764 | | | |
| | Rekreasyon | 76 | 4,00 | ,582 | | | |
| Analiz Edebilme ve Tepki Oluşturabilme | Öğretmenlik | 76 | 3,53 | ,694 | 2,069 | ,104 | |
| | Spor Yöneticiliği | 72 | 3,69 | ,649 | | | |
| | Antrenörlük | 68 | 3,40 | ,823 | | | |
| | Rekreasyon | 76 | 3,50 | ,682 | | | |
| Yargılayabilme / Örtük Mesajları Görebilme | Öğretmenlik | 76 | 3,75 | ,762 | ,149 | ,930 | |
| | Spor Yöneticiliği | 72 | 3,79 | ,650 | | | |
| | Antrenörlük | 68 | 3,77 | ,816 | | | |
| | Rekreasyon | 76 | 3,82 | ,762 | | | |

*: p<0,05

Tablo 4'den görüldüğü gibi çalışmaya katılanların bölümlerine göre medya okuryazarlık düzeyi alt boyutlarının karşılaştırılmasında; analiz edebilme ve tepki oluşturabilme ($p=,104$) ile yargılayabilme / örtük mesajları görebilme ($p=,930$) alt boyutlarında anlamlı farklılığa rastlanmazken; bilgi sahibi olma ($p=,043$) alt boyutunda anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Farklılığın kaynağını belirlemeye yönelik yapılan çoklu karşılaştırma sonucuna göre farklılığın spor yöneticiliği ile öğretmenlik bölümü öğrencileri arasında olduğu tespit edilmiştir. Buna göre spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin öğretmenlik bölümü öğrencilerine oranla bilgi sahibi olma alt boyutunda daha yüksek medya okuryazarlık düzeyine sahip oldukları tespit edilmiştir.

Tablo 5. Katılımcıların Sınıflarına İlişkin Medya Okuryazarlık Bağlılık Farklılıklarının Karşılaştırılması

| Alt Boyutlar | Sınıf | N | Ort. | Ss | F | P(sig.) |
|---|----------|-----|------|------|-------|---------|
| Bilgi Sahibi Olma | 1. Sınıf | 119 | 4,00 | ,561 | 2,335 | ,074 |
| | 2. Sınıf | 61 | 3,91 | ,808 | | |
| | 3. Sınıf | 55 | 3,90 | ,685 | | |
| | 4. Sınıf | 57 | 4,18 | ,547 | | |
| Analiz Edebilme ve Tepki Oluşturabilme | 1. Sınıf | 119 | 3,48 | ,700 | 2,498 | ,060 |
| | 2. Sınıf | 61 | 3,40 | ,823 | | |
| | 3. Sınıf | 55 | 3,60 | ,634 | | |
| | 4. Sınıf | 57 | 3,73 | ,676 | | |
| Yargılayabilme / Örtük Mesajları Görebilme | 1. Sınıf | 119 | 3,81 | ,776 | ,154 | ,927 |
| | 2. Sınıf | 61 | 3,74 | ,847 | | |
| | 3. Sınıf | 55 | 3,77 | ,670 | | |
| | 4. Sınıf | 57 | 3,78 | ,646 | | |

Tablo 5'den görüldüğü gibi çalışmaya katılanların sınıflarına göre medya okuryazarlık düzeyi alt boyutlarının karşılaştırılmasında; bilgi sahibi olma ($p=,074$), analiz edebilme ve tepki oluşturabilme ($p=,060$) ve yargılayabilme / örtük mesajları görebilme ($p=,927$) alt boyutlarında anlamlı farklılığa rastlanmamıştır.

Tablo. 6 Katılımcıların Medyayı Kullanma Durumlarına Göre Medya Okuryazarlık Farklılıklarının Karşılaştırılması

| Alt Boyutlar | Gazeteleri Takip Etme | N | Ort. | Ss. | T | P(sig.) |
|---|--------------------------|----------|-------------|------------|----------|----------------|
| Bilgi Sahibi Olma | Evet | 98 | 4,00 | ,667 | -,055 | ,956 |
| | Hayır | 194 | 4,00 | ,636 | | |
| Analiz Edebilme ve Tepki Oluşturabilme | Evet | 98 | 3,57 | ,685 | ,725 | ,409 |
| | Hayır | 194 | 3,51 | ,733 | | |
| Yargılayabilme / Örtük Mesajları Görebilme | Evet | 98 | 3,79 | ,720 | ,134 | ,761 |
| | Hayır | 194 | 3,78 | ,761 | | |
| | Tv İzleme Sıklığı | N | Ort. | Ss. | F | P(sig.) |

| | | N | Ort. | Ss. | F | P(sig.) |
|---|------------------|-----|------|-------|-------|---------|
| Bilgi Sahibi Olma | 1 saatten az | 151 | 4,03 | ,616 | 1,661 | ,159 |
| | 1-5 saat | 102 | 4,04 | ,568 | | |
| | 6-10 saat | 22 | 3,76 | ,862 | | |
| | 11-20 saat | 10 | 3,68 | 1,045 | | |
| | 21 saat ve üzeri | 7 | 3,85 | ,773 | | |
| Analiz Edebilme ve Tepki Oluşturabilme | 1 saatten az | 151 | 3,50 | ,743 | ,884 | ,474 |
| | 1-5 saat | 102 | 3,54 | ,699 | | |
| | 6-10 saat | 22 | 3,50 | ,709 | | |
| | 11-20 saat | 10 | 3,65 | ,668 | | |
| | 21 saat ve üzeri | 7 | 4,00 | ,384 | | |
| Yargılayabilme / Örtük Mesajları Görebilme | 1 saatten az | 151 | 3,76 | ,786 | ,191 | ,943 |
| | 1-5 saat | 102 | 3,80 | ,742 | | |
| | 6-10 saat | 22 | 3,72 | ,607 | | |
| | 11-20 saat | 10 | 3,92 | ,486 | | |
| | 21 saat ve üzeri | 7 | 3,89 | ,748 | | |
| İnternet Kullanım Sıklığı | | N | Ort. | Ss. | F | P(sig.) |
| Bilgi Sahibi Olma | 1 saatten az | 7 | 3,75 | 1,271 | ,720 | ,579 |
| | 1-5 saat | 48 | 3,92 | ,737 | | |
| | 6-10 saat | 68 | 3,99 | ,618 | | |
| | 11-20 saat | 59 | 3,98 | ,575 | | |
| | 21 saat ve üzeri | 110 | 4,06 | ,606 | | |
| Analiz Edebilme ve Tepki Oluşturabilme | 1 saatten az | 7 | 3,54 | ,896 | ,419 | ,795 |
| | 1-5 saat | 48 | 3,46 | ,853 | | |
| | 6-10 saat | 68 | 3,58 | ,622 | | |
| | 11-20 saat | 59 | 3,46 | ,703 | | |
| | 21 saat ve üzeri | 110 | 3,57 | ,710 | | |
| Yargılayabilme / Örtük Mesajları Görebilme | 1 saatten az | 7 | 4,03 | ,566 | ,464 | ,762 |
| | 1-5 saat | 48 | 3,72 | ,887 | | |
| | 6-10 saat | 68 | 3,86 | ,665 | | |
| | 11-20 saat | 59 | 3,76 | ,650 | | |
| | 21 saat ve üzeri | 110 | 3,76 | ,790 | | |

Tablo 6'dan görüldüğü gibi çalışmaya katılanların medyayı kullanma durumlarına göre medya okuryazarlık farklılıklarının karşılaştırılmasında; gazeteleri takip etme, haftalık TV izleme sıklığı ve haftalık internet kullanma sıklığı değişkenlerinde gruplar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilememiştir.

Tablo 7. Katılımcıların Medya Okuryazarlık Düzeyi Ölçeğinin Alt Boyutundan Aldıkları Puanlara Ait Ortalamalar

| Alt Boyutlar | N | Min. | Mak. | Ortalama | Ss. |
|---|-----|------|------|----------|------|
| Bilgi Sahibi Olma | 292 | 1 | 5 | 4,00 | ,645 |
| Analiz Edebilme ve Tepki Oluşturabilme | 292 | 1 | 5 | 3,53 | ,717 |
| Yargılayabilme / Örtük Mesajları Görebilme | 292 | 1 | 5 | 3,78 | ,746 |

Tablo 7'den görüldüğü gibi; spor bilimleri fakültesinden öğrenim gören öğrencilerin medya okuryazarlık ölçeğinden, bilgi sahibi olma alt boyutunda ($\bar{X}=4,00\pm,645$), analiz edebilme ve tepki oluşturabilme alt boyutunda ($\bar{X}=3,53\pm,717$) ve yargılayabilme / örtük mesajları görebilme alt boyutunda ($\bar{X}=3,78\pm,746$) ortalamalara sahip oldukları görülmektedir. Öğrencilerin en yüksek medya okuryazarlık düzeylerinin "bilgi sahibi olmak" faktöründe olduğu, diğer taraftan en düşük ise "analiz edebilme ve tepki oluşturabilme" faktöründe olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca spor bilimleri fakültesinden öğrenim gören öğrencilerin "medya okuryazarlık düzeyi ölçeği" alt boyutları puan ortalamalarının orta düzeyin üzerinde olduğu söylenebilir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin medya okuryazarlık düzeylerini belirlemeye yönelik yapmış olduğumuz çalışmamızda ulaşılan sonuçlar ve diğer çalışmalarla ilişkileri aşağıda sunulmuştur.

Öğrencilerin medyayı kullanma sıklıklarına ilişkin çeşitli sorular sorulmuş ve şu sonuçlar elde edilmiştir: Öğrenciler gazeteleri takip etmeye yönelik sormuş olduğumuz soruya; 98 kişi ile % 33,6'sının evet, 194 kişi ile % 66,4'ünün hayır cevabını vermişlerdir. Haftalık TV izleme sıklığına yönelik sormuş olduğumuz soruya en yüksek 151 kişi ile % 51,7'sinin "1 saatten az", en düşük ise 7 kişi ile % 2,4'ünün "20 saatten fazla" cevabını vermişlerdir. Ayrıca öğrencilere haftalık internet kullanma sıklığı sorusu sorulduğunda, en yüksek 110 kişi ile % 37,7'sinin "20 saatten fazla", en düşük ise 7 kişi ile % 2,4'ünün "1 saatten az" cevabını vermişlerdir. Bu sonuçlara göre geleneksel kitle iletişim araçları olan televizyon ve gazeteyi takip etme sıklıklarının oldukça az olduğunu buna karşılık yeni iletişim teknolojileri kapsamında olan internet kullanım sıklığının oldukça yüksek olduğu görülmüştür. Günümüz bireyleri bilgiye ulaşma, sosyal medyayı takip, eğlence, spor ve haber edinme gibi ihtiyaçlarını internet üzerinden karşılarken, geleneksel kitle araçlarının kullanım alanı oldukça azalmıştır.

Çalışmaya katılanların cinsiyetlerine göre medya okuryazarlık düzeyi alt boyutlarının karşılaştırılmasında erkek öğrencilerin, kadın öğrencilere oranla yargılayabilme / örtük mesajları görebilme alt boyutunda daha yüksek medya okuryazarlık düzeyine sahip oldukları tespit edilmiştir. Alan yazındaki çalışmalara bakıldığında; Karaman (2016), öğretmen adaylarının medya okuryazarlık düzeyleri üzerine yapmış olduğu çalışmasında erkek öğretmen adaylarının medya okuryazarlık düzey ortalamalarının, kadın öğretmen adaylarının ortalamasından daha yüksek olduğu sonucunu bulmuştur. Bu bulgu çalışmamızı destekler niteliktedir. Aslan ve Basel (2017), yapmış oldukları çalışmada, medya okuryazarlık düzeyinin cinsiyet değişkenine göre farklılık gösterdiği ve kadın öğrencilerde daha yüksek olduğu sonucunu elde etmişlerdir. Saçan ve Adıbelli (2016), üniversite öğrencilerinin medya okuryazarlık düzeylerini belirlemeye yönelik yapmış oldukları çalışmada cinsiyete göre medya okuryazarlık düzeylerinde bilgi sahibi olma alt boyutunda kadın öğrencilerin lehine olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Yapılan çeşitli araştırmalarda cinsiyet değişkeninin farklılaşmadığı sonucunun elde edildiği çalışmalar da mevcuttur. Çepni ve ark., (2015) Sosyal Bilgiler öğretmen adaylarının medya ve televizyon okuryazarlık düzeylerinin incelendiği çalışmada, okuryazarlık düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir biçimde değişmediği belirlenmiştir. Kurt ve Som (2012), çalışmasında medya okuryazarlık puanları ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir fark tespit edememiştir. Bu çalışmaların elde ettiğimiz bulgular ile çeliştiği görülmektedir.

Çalışmaya katılanların öğrenim şekillerine göre medya okuryazarlık düzeyi alt boyutlarının karşılaştırılmasında; analiz edebilme ve tepki oluşturabilme ile yargılayabilme / örtük mesajları görebilme alt boyutlarında anlamlı farklılığa rastlanmazken; bilgi sahibi olma alt boyutunda anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Ayrıca II. öğretimde eğitim gören öğrencilerin, araştırmaya yönelik medya okuryazarlık düzeyi alt boyutlarının puan ortalamalarının örgün öğretimde okuyan öğrencilere oranla yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Çalışmaya katılanların bölümlerine göre medya okuryazarlık düzeyi alt boyutlarının karşılaştırılmasında; "bilgi sahibi olma" alt boyutunda anlamlı farklılığa rastlanmıştır ve farklılığın spor yöneticiliği ile öğretmenlik bölümü öğrencileri arasında olduğu ve spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin lehine olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuç spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin kitle iletişim araçlarında yer alan mesajların, politik, ekonomik ve sosyal önceliklerinin farkında olduklarını ve kitle iletişim araçlarının etkisi konusunda yeterliliğe sahip olduklarını göstermektedir. Çalışmaya katılanların sınıflarına göre medya okuryazarlık düzeyi alt boyutlarının karşılaştırılmasında; bilgi sahibi olma, analiz edebilme ve tepki oluşturabilme ve yargılayabilme / örtük mesajları görebilme alt boyutlarında anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Karaman (2016), çalışmasında; Medya okuryazarlık düzeyinin sınıf değişkenine göre anlamlı farklılık tespit edememiştir. Som ve Kurt (2012) ise; çalışmalarında öğrencilerin sınıf düzeyleri ile medya okuryazarlık düzeyleri arasında anlamlı bir fark olduğu sonucuna ulaşmış ve sınıf düzeyi arttıkça medya okuryazarlığının da arttığı sonucuna ulaşmışlardır.

Medyayı kullanma durumlarına göre medya okuryazarlık farklılıklarının karşılaştırılmasında; gazeteleri takip etme, haftalık TV izleme sıklığı ve haftalık internet kullanma sıklığı değişkenlerinde gruplar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilememiştir. Karaman ve Karataş (2009), yapmış oldukları çalışmada, her 3 değişken içinde gruplar arası anlamlı farklılık tespit etmiş ve bu farklılıklarının sırayla; gazeteleri takip eden bireyler, haftada 10-20 saat TV izleme ve haftada 20 saatten fazla internet kullananların lehine olduğunu tespit etmiştir.

Son olarak spor bilimleri fakültesinden öğrenim gören öğrencilerin en yüksek medya okuryazarlık düzeylerinin "bilgi sahibi olmak" faktöründe olduğu, en düşük ise "analiz edebilme ve tepki oluşturabilme" faktöründe olduğu ortaya çıkmıştır. Genel ortalamalara bakıldığında ise; "medya okuryazarlık düzeyi ölçeği" alt boyutları puan ortalamalarının orta düzeyin üzerinde olduğu söylenebilir. Bu çalışmanın sonucunda medya okuryazarlığı farkındalığının yeteri kadar yaygın olmadığı saptanmıştır.

Öncelikli olarak öğrencilerin medya iletişim araçlarındaki bilgileri ve mesajları doğru ve etkili kullanabilmeleri için medya okuryazarlığını bilmeleri gerekmektedir. Aynı zamanda toplumdaki bireylerin medya okuryazarlık düzeylerinin gelişimi adına ilgili kuruluşlar tarafından çalışmalar yapılabilir. Sonuç olarak eğitim kurumlarının ana görevi öğrencileri yaşama hazırlamak ve topluma yararlı bireyler yetiştirmektir. Ayrıca, kitle iletişim araçlarının teknik açıdan nasıl kullanılacağı konusunda bilgilendirmenin yanı sıra öğrencilere, medya içeriklerinin belirlenmesinde, değerlendirilmesinde gerekli olan bilinçlilik düzeyinin kazandırılması gerekmektedir. Bu bağlamda medya okuryazarlığının üniversite ders müfredatlarına dâhil edilmesi her geçen gün daha da önem kazanmaktadır.

KAYNAKLAR

- Aslan A., Basel A.T. (2017). Eğitim fakültesi öğrencilerinin medya okuryazarlık düzeyleri (İzmir örnekleme). *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 25(4), 1353-1372.
- Çepni O., Palaz T., Ablak S. (2015). Sosyal bilgiler öğretmen adaylarının medya ve televizyon okuryazarlık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Turkish Studies, International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 10/11, 431-446.
- Gutierrez A., Tyner K. (2012). Media education, media literacy and competence. *Scientific Journal of Media Education*, ISSN: 1134-347, 31-39.
- Hasdemir A.T. (2012). Gelenekselden yeni medya okuryazarlığına: Türkiye örneğinde bir değerlendirme. *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 5(2), 23-40.
- İnceoğlu Y. (2016). Medyayı Doğru Okumak. (Edt. Melda Cinman Şimşek-Nurçay Türkoğlu), Medya Okuryazarlığı, İstanbul: Pales Yayınları.
- Jenkins H. (2006). Confronting the challenges of participatory culture: Media education of the 21st century. <http://www.nwp.org/cs/public/print/resource/2713> Erişim Tarihi: 06.02.2018
- Juneau D. (2014). Introduction to Media Literacy / Distributed by the Montana Office of Public Instruction. ErişimAdresi:<https://www.youthconnectionscoalition.org> Erişim Tarihi: 09.01.2018.
- Karaman M.K. (2016). Öğretmen adaylarının medya okuryazarlık düzeyleri ve eleştirel düşünme eğilimleri üzerine bir araştırma. *Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, 4(1), 326-350.
- Karaman M.K., Karataş A. (2009). Media literacy levels of the candidate teachers. *Elementary Education Online*, 8(3), 798-808.
- Kelner D. (2014). Yeni Medya ve Yeni Okuryazarlık: Yeni Binyılda Eğitimin Yeniden Yapılandırılması, (Edt. Mukadder Çakır), Yeni Medyaya Eleştirel Yaklaşımlar, İstanbul: Doğu Kitabevi.
- Kotilainen S., Granlund A. (2010). Media Literacy Education: Nordic Perspectives. *Nordicom*, Göteborg, 8, 188. <https://www.researchgate.net/publication/312260970> Erişim Tarihi: 04.03.2018
- Kuiper E., Volman M., Terwel J. (2009). Developing web literacy in collaborative inquiry activities. *Computers and Education*, 52, 668-680.
- Kutoğlu Ü. (2016). Medya Okuryazarlığı ve Çocuk Eğitimi. (Editör: Melda Cinman Şimşek-Nurçay Türkoğlu), Medya Okuryazarlığı, İstanbul: Pales Yayınları.
- Livingstone S. (2004). What is media literacy?. London School of Economics and Political Science Research Online, Erişim Adresi: <https://www.researchgate.net/publication/30521219>. Erişim Tarihi 09.02.2018.
- Özad B.E. (2016). Medya Okuryazarlığı ve Yetişkinlerin Öğrenmesi. (Editör: Melda Cinman Şimşek-Nurçay Türkoğlu), Medya Okuryazarlığı, İstanbul: Pales Yayınları.
- Saçan S., Adıbelli D. (2016). Üniversite öğrencilerinin medya okur-yazarlık düzeylerinin bazı faktörler ile ilişkisi. *Global Media Journal TR Edition*, 6(12), 27-43.
- Som S., Kurt A.A. (2012). Bilgisayar ve öğretim teknolojileri eğitimi bölümü öğrencilerinin medya okuryazarlık düzeyleri. *Anadolu Journal of Educational Sciences International*, 2(1), 104-119.
- Uysal M. (2016). Eleştirel Medya Okuryazarlığı. (Editör: Elif Küçük Durur). Medya Okuryazarlığı, Ankara: Siyasal Kitabevi.

Why is media literacy important? https://europa.eu/youth/mk/article/54/46752_en Erişim Tarihi: 01.02.2018

Geliş Tarihi (Received): 01.03.2019
Kabul Tarihi (Accepted): 24.09.2019
SPORMETRE, 2019,17(4),68-80
DOI: 10.33689/spormetre.534448

BEBEK YÜZME AKTİVİTESİNE KATILAN EBEVEYNLERİN TÜKETİCİ TATMİNİNİN DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

Hüseyin ÇEVİK¹, Kerem Yıldırım ŞİMŞEK¹, Gizem TURHAN¹

¹Eskişehir Teknik Üniversitesi, Eskişehir

Öz: Çocukların ebeveynleri ile beraber katıldıkları bebek yüzme programları bilişsel, duyuşsal ve psikomotor becerilerin gelişimine katkı sağlayan, son zamanların popüler rekreasyonel spor aktiviteleri arasında yer almaktadır. Program tasarlama ve işletmeler sunulan programa devamlılığı sağlamak, programı iyileştirmek ve pazar bölümüne yönelik strateji geliştirmek için, ebeveynlerin tatmin düzeyini ölçmelidir. Bu araştırmada da bebek yüzme programına katılan ebeveynlerin tatmin düzeyleri demografik değişkenler açısından incelenmiştir. Araştırma verileri 2017 yılı bahar ve yaz döneminde Eskişehir, Bursa, Aydın ve İstanbul illerinde bebek yüzme programına katılanlardan toplanmıştır. Araştırmaya kolayda örnekleme yöntemi ile seçilen 304 kişi dahil edilmiştir. Veriler yüz yüze görüşme tekniği kullanılarak anket aracılığı ile elde edilmiştir. Anketin birinci bölümünde Alexandris ve Palialia, (1999) tarafından geliştirilen, Türkçe uyarlaması Şimşek ve Mercanoğlu (2014) tarafından yapılan “Spor Tüketicisi Tatmin Ölçeği” yer almaktadır. İkinci bölümde ise demografik sorulara yer verilmiştir. Verilerin yorumlanmasında tanımlayıcı istatistik, t-testi ve ANOVA analizleri kullanılmıştır. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların tatmin düzeylerinde cinsiyet, eğitim ve meslek grubu demografik değişkenlerine göre istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir. Bebek yüzme programları konusunda kadın katılımcıların tüketici tatminini etkileyen “bireysel/psikolojik”, eğitimli ebeveynlerin “sosyal” ve işçi meslek grubundan olanların ise “sağlık/fitnes” boyutlarında tatmin olduğu anlaşılmıştır. Sonuç olarak araştırma bebek yüzme programlarından duyulan tatmin düzeyinin, katılımcıların demografik özelliklerine göre farklılaştığını ortaya koymakta ve programla ilgili yöneticilere değerlendirme fırsatı sunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Rekreasyonel spor, bebek yüzme aktivitesi, tüketici, tatmin

EXAMINATION OF CONSUMER SATISFACTION OF PARENTS PARTICIPATING IN BABY SWIMMING ACTIVITY ACCORDING TO DEMOGRAPHIC VARIABLES

Abstract: Baby-swimming programme that children participate together with their parents is one of the recently popular recreational sports activities ensuring the development of their cognitive, affective and psychomotor abilities. Program designers and businesses should measure the satisfaction level of parents to ensure continuity in the program, improve the program, and develop a strategy for the market segment. In this research, the satisfaction level of parents who participate in baby-swimming programme was examined according to demographics variables, which are used for market segmentation. Research data were collected from the baby-swimming program participants in Eskişehir, Bursa, Aydın, and İstanbul in the spring and summer of 2017. A total of 304 participants selected by the convenience sampling method were included in the study. The data were obtained by questionnaires using face-to-face interview method. In the first part of the questionnaire, “Sports Consumer Satisfaction Scale” developed by Alexandris and Palialia, (1999) and adapted to the Turkish by Şimşek and Mercanoğlu (2014) was taken place. In the second part, the demographic questions were given. Descriptive statistics, t-test and ANOVA analysis were used to interpret the data. The results of the analysis revealed that there was a statistically significant difference in the satisfaction levels of the participants according to gender, education and occupational demographic variables. The research findings revealed that there was a statistically significant difference in the satisfaction levels of participants according to the gender, education and occupational group demographic variables. It has been understood that female participants were satisfied with the individual/psychological, educated parents were satisfied with social, and workers were satisfied with health/fitness dimensions about baby swimming programme. As a result, research reveals that the satisfaction

level of baby swimming programs varies according to the demographic characteristics of the participants and provides opportunity program managers to evaluate their program.

Key Words: Recreational sport, baby swimming activity, consumer, satisfaction

GİRİŞ

Bebek yüzme programları bebeklerin ebeveynleri ile beraber katıldığı, popülerliği ve katılım oranı her geçen gün artan spor aktivitesi olarak dikkat çekmektedir (Liang, 2018). Bu aktivite sayesinde bebekler anne ya da babaları ile su içinde yakın temas kurma deneyimi yaşamaktadır (Barcelona ve ark., 2016). Gelişim evresinin özelliğinden kaynaklı bu dönemde dışa bağımlılık söz konusudur (Erikson, 1967). Bu da yüzme eğitim programına anne ya da baba ile katılımı zorunlu hale getirmektedir. Bu durum bir rekreasyonel spor aktivitesi olarak bebek yüzme eğitim programını özel kılmaktadır. Çünkü ailece yapılan bebek yüzme eğitim programı; aile yapısının ve kültürünün gelişmesinde ve sürdürülmesinde destekleyici bir özelliğe sahiptir. Gelişim özelliği olarak bu dönemde yaşanan yakınlık bebeklerde güven duygusunu geliştirmektedir (Erikson, 1967). Temel motor becerilerin gelişimine katkı sağlamaktadır (Sigmundsson ve Hopkins, 2010). Bunun dışında bebek yüzme programları reaksiyon zamanı, konsantrasyon, zeka, sosyal davranış, sosyal etkileşim, öz güven, bağımsızlık yönünden gelişimi desteklemektedir (Amelia, 2012). Ayrıca, astım hastalığı olan çocuklara fayda sağladığı ve fiziksel engelli çocuklarda hareketliliği ve aerobik kapasiteyi güçlendirdiği bilinmektedir (Font-Ribera ve ark., 2011). Birçok faydanın elde edildiği bu tarz programlara ebeveynlerin talebi giderek artmaktadır (Barcelona ve ark., 2016).

Araştırmacılar, ailece rekreasyon aktivitesine katılımın ve aile işleyişinin çeşitli yönleri arasında tutarlı pozitif ilişki olduğunu gözlemlemiştir (Holman ve Epperson, 1984; Orthner ve Mancini, 1991; Zabriskie ve McCormick, 2003). Benzer şekilde Karaküçük (2014) rekreasyon aktivitelerinin aile fertlerinin birbirine daha fazla bağlanmalarını sağlayarak yaş ve çağ farklılıklarını ortadan kaldırdığını ifade etmektedir. Türk toplumunda ailece yapılan rekreasyonel spor aktivitelerinin görece sayısal azlığı, bebek yüzme eğitim programlarının önemini daha da artırmaktadır. Çünkü Türk toplumu geleneksel, kırsal ve ataerkil bir toplum olmaktan sıyrılarak kentleşmiş ve endüstriyel bir toplum olmak için hızlı bir toplumsal değişim geçirmektedir. Bu da ailece yapılan rekreasyon aktivitelerinin azalmasına yol açmaktadır. Son zamanlardaki ekonomik gelişme ve Türkiye'deki kentsel ve eğitilmiş alanlarda artan refah, hızlı bir sosyal değişime neden olmuştur. Türkiye'deki ailelerin %70'inden fazlası teknoloji ve şehirleşmeye dayanan yeni ve hızlı bir yaşam tarzını benimsemiştir (Ayçiçeği Dinn ve Caldwell-Harris, 2013; Kağıtçıbaşı, 2010). Bu gelişme hem çekirdek hem de geniş ailelerdeki maddi bağımlılıkları zayıflatmakta ve geleneksel Türk ailesini hızla değiştirmektedir (Zabriskie ve ark., 2018). Bu noktada bebek yüzme eğitim programları endüstrileşmiş ve kentleşmiş Türk toplumunda aile kültürünün ve yapısının gelişmesine, korunmasına ve sürdürülmesine katkı sağlayacak ailece yapılan rekreasyonel spor aktivite türlerinden biri olabilir. Ancak bebek yüzme eğitim programları henüz gelişmekte olan bir rekreasyonel spor aktivitesi olduğu için incelenmeye ve geliştirilmeye muhtaç durumdadır. Bebek yüzme eğitim programlarının yaygınlaşması ve Türk toplumu için kalıcı olabilmesi için bireylerin katılımını artıracak programların ve hizmetlerin oluşturulması gerekmektedir. Bebek yüzme eğitim programlarına katılmak ve katılımı

sürdürmek için ebeveynlerin program çıktılarında elde ettikleri kazanımlar, program sonucu yaşadıkları tatmin düzeyi ile ilişkili olabilir. Bu durum, bebek yüzme eğitim programlarına katılan ebeveynlerin tatmin düzeylerinin incelenmesini gerektirmektedir. Çünkü Türk toplumunda popülerliğini artıran bebek yüzme eğitim programlarının ailece yapılabilen bir rekreasyonel spor aktivitesi olarak devamlılığını sürdürebilmesi için tüketicilerinin tatmin düzeyleri; program tasarımcılar ve işletme sahiplerine yol gösterme ve yatırım anlamında önemli bir göstergedir. Bu bağlamda araştırmanın amacı, Türkiye’deki bebek yüzme eğitim programlarının düzenlendiği illerdeki aktivitelere katılan ebeveynlerin tatmin düzeylerini belirleyip, program tasarımcılar ve rekreasyon işletmelerinin müşteri odaklı pazarlama stratejilerine ve eğitim programlarına katkı sağlamaktır.

Kuramsal Çerçeve

Tüketici tatmini, ürün veya hizmetin bir özelliğinden veya bütün olarak kendisinden, tüketimle ilgili keyif verici tatminkarlık yargısı olarak tanımlanmaktadır (Oliver (1997)). Tatminin ortaya çıkması için en az iki belirleyici faktör gerekmektedir. Bunlar, ürünün veya hizmetin kullanımı ile ortaya çıkan bir sonuç ve bu sonuçla karşılaştırma yapmak üzere alınacak bir referans noktasıdır. Bir ürün veya hizmetten alınan performans (ürünün iyi çalışıp çalışmadığı gibi) o ürün veya hizmetin kullanımı sonucu ortaya çıkan bir sonuç olarak kabul edilebilir. Diğer taraftan, Oliver (1997) karşılaştırma için referans alınan olgulara en tipik örnek ürünün önceki kullanımından doğan tatmin veya tüketicinin çevresindeki tanıdıklarının tatmin algıları olduğunu belirtmiştir. Kısacası, tatmin tüketicilerin ürün ve hizmetlerden elde ettiği standart bir hoşnutluğun ifadesidir. İfade edilen bu hoşnutluğun oluşması için işletmelere önemli görevler düşmektedir. Bu görevler; hedef pazarın istek ve gereksinimlerini tespit etmek, bütünleşik pazarlama araçlarından yararlanıp, alıcıları tatmin ederek kar sağlamak ve diğer örgütsel amaçları gerçekleştirmektir. Rekreasyonel spor hizmetleri sunan işletmeler için de aynı durum söz konusudur. Günümüzde ve gelecekte rekreasyonel spor hizmeti sağlayan işletmeler için rekreasyon aktivitelerine yönelik toplumsal ilgiyi korumak, en önemli işletme sorumlulukları arasındadır. Bu ilgiyi koruyabilmenin en temel yolu rekreasyonel spor tüketicisinin beklenti ve ihtiyaçlarını karşılayabilmekten geçmektedir. Çünkü beklenti ve ihtiyaçları yüksek düzeyde karşılanan tüketicinin sadık olma eğiliminin arttığı ve gelecekteki tüketim davranışını olumlu düzeyde etkilediği bilinmektedir (Cronin ve ark., 2000; Greenwell, 2007). Dahası tüketiciyi tatmin etmek, şikayet davranışının azalmasına sebep olmakta, sadakati etkilemekte, geri dönüş oranını arttırmakta (Kotler, 1994; Yoshida ve James, 2010), sunulan ürün ve hizmetleri tüketmeye devam etme eğilimini etkilemekte (Kwon ve ark., 2005) ve işletme hakkında olumlu düşünceye sebep olmaktadır (Kotler, 1994).

Program tasarımcılar ve işletmeler açısından tatmin düzeyinin demografik özelliklere göre değerlendirilmesi, program ya da hizmete yönelik hedef pazarın seçilmesi ve ona yönelik pazarlama stratejilerinin geliştirilmesi konularında yardımcı olmaktadır (Kotler, 2001). Çünkü demografik değişkenler (yaş, eğitim düzeyi, gelir, meslek vb.) pazar yapısının anlaşılmasında, pazarın bölümlendirilmesinde (Martins ve Brooks, 2010) ve tüketicilerin nesnel olarak tanımlanmasında (Demir ve Kozak, 2013) dikkate alınan temel özelliklerdir. Grubun daha anlamlı bir şekilde sınıflandırılmasında yani bölümlere ayrılmasında rol oynamaktadır (Dewan ve Mahajan, 2014). Ayrıca demografik değişkenler dikkate alınarak

gerçekleştirilecek pazar bölümlendirme pazarlamacılar ve hizmet sağlayıcılara hedef pazarın potansiyelinin fark etme ve o gruba yönelik pazarlama stratejilerini özelleştirme fırsatı sunmaktadır (Casper ve Stellino, 2008). Ürün veya hizmete yönelik promosyon teması geliştirmelerini kolaylaştırmaktadır (Demir ve Kozak, 2013). Bundan dolayı demografik değişkenlere göre tatmin ve tatminsizliğin ortaya koyulmasının, bebek yüzme programları gibi yeni bir rekreasyonel spor aktivitesine katılımın sürdürülmesi, sunulan programların geliştirilmesi, işletmelerin programa yönelik pazarlama yaklaşımlarında farklılığa ve değişime gitmeleri konularında yol gösterici olacağına inanılmaktadır.

YÖNTEM

Araştırmanın Örnekleme

Araştırma Eskişehir, Bursa, Aydın ve İstanbul illerinde 2017 yılı bahar ve yaz döneminde bebek yüzme programlarına katılan ebeveynler ile gerçekleştirilmiştir. Bu illerdeki bebek yüzme programına katılan ve kolayda örnekleme yöntemiyle seçilmiş 195 (%64.1) kadın, 109 (%35.9) erkek toplam 304 ebeveyn araştırmaya dahil edilmiştir.

Veri Toplama Tekniği ve Aracı

Veriler yüz yüze görüşme tekniği kullanılarak anket aracılığıyla toplanmıştır. Anketin birinci bölümünde Alexandris ve Palialia, (1999) tarafından geliştirilen, Türkçe uyarlaması Şimşek ve Mercanoğlu (2014) tarafından yapılan “ Spor Tüketicisi Tatmin Ölçeği” yer almaktadır. İkinci bölümde ise demografik sorulara yer verilmiştir. Ölçme aracında toplam 18 madde bulunmaktadır. Ölçme aracının yapısı Doğrulayıcı Faktör Analizi ile (DFA) test edilmiştir. Analiz sonucunda 5 faktörlü yapı doğrulanmıştır. Yapı geçerliği yakınsak ve ayrışma geçerlik analizleri ile test edilmiştir (Hair ark., 2013). Yakınsak geçerlik için DFA sonucu faktör yüklerinin 0.350, ve 0.863 arasında değişen değerlere sahip olduğu tespit edilmiştir. Tabachnik ve Fidell (2013), faktör yüklerinin 0.32’den yüksek olması gerektiğini önermektedir. Bundan dolayı herhangi bir madde çıkartılmamıştır. Yakınsak geçerlik kapsamında faktörlerin ortalama açıklanan varyans (AVE) değerleri ve yapı güvenilirliği de hesaplanmıştır. Hesaplama sonucu iki faktör hariç diğer faktörlerin AVE değerlerinin 0.50’den, bütün faktörlerin yapı güvenilirlik (CR) değerlerinin ise 0.70’den yüksek olduğu anlaşılmıştır. Hair ve ark. (2013)’ göre yakınsak geçerlik için AVE değerlerinin 0,50’den, yapı güvenilirlik değerlerinin ise 0.70’den yüksek olması önerilmektedir. Hatcher (1994)’a göre yapı güvenilirliği kabul edilebilir düzeyde ise düşük AVE değerleri kabul edilebilir. Dolayısıyla yakınsak geçerliğin sağlandığı ifade edilebilir. Ayrışma geçerliği için faktörler arası korelasyon değerleri hesaplanmıştır. Analizi sonucu faktörler arası korelasyon değerlerinin anlamlı, 0.169 ve 0.558 arasında değiştiği gözlemlenmiştir. Hair ve ark. (2013) göre ayrışma geçerliği için faktörler arası korelasyon değerinin 0.90’ı aşmaması önerilmektedir. Sonuç olarak ölçeğin yapı geçerliğine sahip olduğu ifade edilebilir. Güvenirlik için ise Cronbach’s alpha değerleri hesaplanmıştır. Toplam Cronbach Alpha değeri 0.870’dir. Bu değer Nunnaly ve Bernstein (1994)’ göre 0.70’den büyük olduğu için, yüksek güvenirlikten bahsedilebilir.

Veri Analizi

Veri analizinde önce dağılımın normal olup olmadığı kontrol edilmiştir. Bunun için basıklık ve çarpıklık değerleri dikkate alınmıştır. Basıklık değerinin 3,250 ve -800, çarpıklık değerinin ise -1,786 ve -441 aralığında olduğu tespit edilmiştir. Kline (2011) göre verinin normal dağılıma sahip olduğunu söylemek için çarpıklık değerinin 3.0'dan, basıklık değerinin 10.0'dan küçük olması gerekmektedir. Bu değerler dikkate alındığında verinin normal dağılıma sahip olduğu anlaşılmaktadır. Verinin normal dağılım gösterdiği anlaşıldıktan sonra verinin yorumlanmasına geçilmiştir. Verinin yorumlanmasında tanımlayıcı istatistik, iki grubun karşılaştırılmasında t-testi ve ikiden fazla grubun karşılaştırılmasında ise ANOVA analizleri kullanılmıştır. Grupların varyanslarının eşitliği Levene Testi ile kontrol edilmiştir. Grup varyanslarının eşit olduğu varsayımı karşılandığında, aradaki farkın kaynağını belirlemek amacıyla Post-Hoc testlerinden Bonferroni kullanılmıştır. Varyanslar eşit olmadığında ise Tamhane's T2'den yararlanılmıştır. Analizler sonucunda elde edilen etki büyüklüğü eta kare değeri ile incelenmiştir. Eta karenin alacağı 0.01 değeri küçük, 0,06 değeri orta ve 0,14 değeri geniş etki büyüklüğü olarak yorumlanmaktadır (Salkind ve Green, 2005).

BULGULAR

Bebek yüzme eğitim programına katılan ebeveynlerin tatmin düzeylerinin incelendiği araştırmada öncelikle katılımcıların demografik özellikleri değerlendirilmiştir. Tablo 1'de görüldüğü gibi kadınların oranı (%64.1) erkeklere göre (35.9) daha fazladır. Katılımcıların çoğunluğu 30-36 yaş (%37.8) aralığındadır. Mesleğe göre en fazla katılım memur meslek grubundan (%40.1) olmuştur. Katılımcıların çoğunluğu üniversite eğitimi almış (62.8) ve gelir düzeyi yüksek (%52.9) kişilerden oluşmaktadır.

Tablo 1. Katılımcıların demografik özellikleri

| Demografik Özellikler | | | | | |
|-----------------------|-------------|-----------|-----------------------|-------------|-----------|
| | Frekans (n) | Yüzde (%) | | Frekans (n) | Yüzde (%) |
| Cinsiyet | | | Eğitim Durumu | | |
| Erkek | 109 | 35.9 | Ortaöğretim ve altı | 45 | 14.8 |
| Kadın | 195 | 64.1 | Önlisans/Lisans | 191 | 62.8 |
| Yaş | | | Lisans Üstü | 68 | 22.4 |
| 23-29 | 39 | 15.9 | Gelir Düzeyi | | |
| 30-36 | 93 | 37.8 | 2000 TL ve daha az | 47 | 15.5 |
| 37-43 | 56 | 22.8 | 2001-4000 TL | 96 | 31.6 |
| 44 ve üzeri | 58 | 23.6 | 4001 TL ve daha fazla | 161 | 52.9 |
| Meslek | | | | | |
| İşçi | 59 | 19.4 | | | |
| Memur | 122 | 40.1 | | | |
| Serbest Meslek | 56 | 18.4 | | | |
| Diğer | 67 | 22.0 | | | |

Bebek yüzme aktivitesine katılan ebeveynlerin demografik özellikleri incelendikten sonra, tatmin düzeyi puanları arasında cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, meslek ve gelir değişkenlerine göre fark olup olmadığı t-test ve ilişkisiz örneklem tek yönlü varyans analizi ile

değerlendirilmiştir. Cinsiyet, eğitim düzeyi ve meslek değişkenlerinde anlamlı farklılığa rastlanılırken, yaş ve gelir düzeyinde ise anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir.

Tablo 2. Spor tüketicisi tatmin ölçeği boyutlarının ebeveynlerin cinsiyetine göre karşılaştırması

| Faktörler | Cinsiyet | n | \bar{x} | Sd. | T | p |
|---------------------|----------|-----|--------------|-------|-------|--------|
| Tesisler/Hizmetler | Erkek | 109 | 4,348 | 0,576 | 0,001 | 0,999 |
| | Kadın | 195 | 4,348 | 0,615 | | |
| Bireysel/Psikolojik | Erkek | 109 | 4,232 | 0,536 | 2,261 | 0,024* |
| | Kadın | 195 | 4,372 | 0,510 | | |
| Dinlenme | Erkek | 109 | 4,235 | 0,617 | 0,202 | 0,840 |
| | Kadın | 195 | 4,251 | 0,676 | | |
| Sosyal | Erkek | 109 | 4,343 | 0,603 | 0,594 | 0,553 |
| | Kadın | 195 | 4,384 | 0,566 | | |
| Sağlık/Fitness | Erkek | 109 | 4,375 | 0,562 | 0,114 | 0,909 |
| | Kadın | 195 | 4,367 | 0,567 | | |

*p<.05

Eğitim programına katılan ebeveynlerin tatmin düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelendiğinde, anlamlı bir farklılığa “bireysel/psikolojik (t=2,261/p<0.05)” boyutta rastlanılmaktadır. Gruplar arası farka bakıldığında kadın katılımcıların (X= 4.3729) erkeklere göre yüksek ortalamaya sahip olduğu tespit edilmiştir (Tablo 2). Test sonucu hesaplanan etki büyüklüğü ($\eta^2= 0,017$) ise bu farkın küçük düzeyde olduğunu göstermektedir.

Tablo 3. Spor tüketicisi tatmin ölçeği boyutlarının ebeveynlerin eğitim düzeyine göre karşılaştırması

| Faktörler | Eğitim Durumu | n | Ortalama | Sd. | F | p |
|---------------------|-------------------------|-----|--------------|-------|-------|--------|
| Tesis/Hizmetler | İlk-öğretim-ortaöğretim | 45 | 4,377 | 0,515 | 2,339 | 0,098 |
| | Önlisans -Lisans | 191 | 4,390 | 0,606 | | |
| | Lisansüstü | 68 | 4,210 | 0,622 | | |
| Bireysel/Psikolojik | İlköğretim-ortaöğretim | 45 | 4,407 | 0,474 | 1,260 | 0,285 |
| | Önlisans -Lisans | 191 | 4,328 | 0,558 | | |
| | Lisansüstü | 68 | 4,250 | 0,440 | | |
| Dinlenme | İlköğretim-ortaöğretim | 45 | 4,266 | 0,621 | 1,099 | 0,334 |
| | Önlisans -Lisans | 191 | 4,277 | 0,677 | | |
| | Lisansüstü | 68 | 4,142 | 0,607 | | |
| Sosyal | İlköğretim-ortaöğretim | 45 | 4,385 | 0,577 | 3,891 | 0,021* |
| | Önlisans -Lisans | 191 | 4,426 | 0,556 | | |
| | Lisansüstü | 68 | 4,201 | 0,617 | | |
| Sağlık/Fitness | İlköğretim-ortaöğretim | 45 | 4,355 | 0,489 | 0,075 | 0,928 |
| | Önlisans -Lisans | 191 | 4,379 | 0,76 | | |
| | Lisansüstü | 68 | 4,352 | 0,584 | | |

*p<.05

Tatmin düzeyinde eğitim durumuna göre fark olup olmadığı incelendiğinde, “sosyal” boyutta (F= 3.891 / p<0.05) anlamlı farklılık gözlenmiştir. Gruplar arasında ise önlisans-lisans eğitim

düzeyine sahip ($X= 4.4264$) olanların ortalamalarının istatistiki olarak anlamlı olduğu görülmüştür (Tablo 3). Test sonucu hesaplanan etki büyüklüğü ($\eta^2= 0,025$) ortaya çıkan farkın küçük olduğunu göstermektedir.

Tablo 4. Spor tüketicisi tatmin ölçeği boyutlarının ebeveynlerin mesleğine göre karşılaştırması

| Faktörler | Gelir Durumu | n | Ortalama | Sd. | F | p |
|---------------------|----------------|-----|--------------|-------|-------|--------|
| Tesis/Hizmetler | İşçi | 59 | 4,446 | 0,602 | 1,650 | 0,178 |
| | Memur | 122 | 4,385 | 0,604 | | |
| | Serbest Meslek | 56 | 4,309 | 0,713 | | |
| | Diğer | 67 | 4,228 | 0,464 | | |
| Bireysel/Psikolojik | İşçi | 59 | 4,337 | 0,543 | 1,867 | 0,135 |
| | Memur | 122 | 4,394 | 0,526 | | |
| | Serbest Meslek | 56 | 4,211 | 0,553 | | |
| | Diğer | 67 | 4,271 | 0,458 | | |
| Dinlenme | İşçi | 59 | 4,231 | 0,649 | 0,694 | 0,556 |
| | Memur | 122 | 4,308 | 0,691 | | |
| | Serbest Meslek | 56 | 4,178 | 0,616 | | |
| | Diğer | 67 | 4,199 | 0,625 | | |
| Sosyal | İşçi | 59 | 4,384 | 0,621 | 0,657 | 0,579 |
| | Memur | 122 | 4,418 | 0,594 | | |
| | Serbest Meslek | 56 | 4,315 | 0,597 | | |
| | Diğer | 67 | 4,315 | 0,493 | | |
| Sağlık/Fitness | İşçi | 59 | 4,508 | 0,452 | 3,964 | 0,009* |
| | Memur | 122 | 4,428 | 0,564 | | |
| | Serbest Meslek | 56 | 4,297 | 0,695 | | |
| | Diğer | 67 | 4,204 | 0,492 | | |

Katılımcıların tatmin düzeylerinin meslek grubuna göre farklılaşıp farklılaşmadığı test edildiğinde, “sağlık /fitness” ($F= 3.891 / p<0.05$) boyutunda anlamlı farklılık gözlenmiştir. Gruplar arasında fark incelendiğinde işçi meslek grubundan ($X= 4.4264$) olanların ortalamalarının istatistiki olarak anlamlı olduğu görülmüştür (Tablo 4). Test sonucu hesaplanan etki büyüklüğü ($\eta^2= 0,038$) ise bu farkın küçük düzeyde olduğunu göstermektedir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmada Türkiye’deki bebek yüzme eğitim programlarının düzenlendiği illerdeki aktivitelere katılan ebeveynlerin tatmin düzeylerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amacı gerçekleştirmek program tasarımcılar ve rekreasyon işletmelerine, müşteri odaklı pazarlama stratejilerini ve eğitim programlarını değerlendirme fırsatı sunabilir. Araştırma kapsamında ebeveynlerin tatmin düzeyi cinsiyet, meslek, eğitim ve gelir düzeyi demografik özelliklerine göre incelenmiştir. Analizler sonucunda tatmin düzeyinin cinsiyet, eğitim düzeyi ve meslek grubuna göre istatistiksel olarak farklılaştığı saptanmıştır.

Araştırmanın önemli sonuçlarından biri kadınların erkeklere göre tatmin düzeyini etkileyen “bireysel/psikolojik” boyutta daha yüksek ortalamaya sahip olmasıdır. Kadın tüketicilerin tatmin düzeylerinin erkeklere göre yüksek olması, işletmeler açısından bir avantaj olarak değerlendirilebilir. Çünkü bebek yüzme programları hizmet endüstrisi içerisinde yer almakta (Liang, 2018) ve hizmet endüstrisinde kadın tüketiciler erkeklere göre beklentileri daha yüksek pazar bölümünü oluşturmaktadır (Buda ve ark., 2006; Snipes ve ark., 2004). Dolayısıyla sunulan hizmet açısından kadınları tatmin etmek zor olabilir. Ancak bebek yüzme programları sunan işletmelerin bunu başardığı söylenebilir. Mittel ve Kamakura (2001)’nin gerçekleştirdiği araştırmada, tüketici tatmin durumuna göre kadınların tekrar aynı marka ya da hizmeti satın alma olasılığının erkeklere göre daha yüksek olduğu raporlanmıştır. Bu durumdan mevcut müşterilerini elinde tutmak isteyen işletmeler açısından kadın tüketicileri tatmin etmenin önemli olduğu anlaşılmaktadır. Çünkü bu tarz aktivitelere kadınların katılım oranı yüksek olabilir. Nitekim araştırmaya dahil edilen örneklem cinsiyet özelliğine göre incelendiğinde % 64.1’nin kadınlardan oluştuğu gözlemlenmektedir. Bu durum bebek yüzme programı sunan işletmelerin hedef pazar bölümlerinden birinin kadınlar olabileceğine işaret etmektedir. Bununla birlikte tatmin olan tüketicilerin işletmeye yönelik olumlu algılara sahip oldukları dikkate alındığında (Garcia-Fernandez ve ark., 2018), hem kadın hem erkek tüketicileri tatmin etmenin, işletmelerin amaçlarını gerçekleştirmek adına önemli olduğu düşünülmektedir.

Araştırmanın diğer bir sonucu bebek yüzme programına katılan ebeveynlerden önlisans/lisans eğitim düzeyine sahip olanların tatmini etkileyen sosyal boyutta diğerlerine göre yüksek ortalamaya sahip olmalarıdır. Benzer bir sonuç Tsiotsou ve Vasioti (2006)’nin kısa dönem turda rekreasyon aktivitelerine katılan ve turizm hizmetlerinden yararlananların tatmin düzeyini demografik değişkenlere göre incelediği araştırmada ortaya çıkmıştır. Araştırma bulgularında, eğitim düzeyi yüksek olan katılımcıların tatmin düzeylerinin de yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Literatürde eğitilmiş tüketicilerin ürün ve hizmet konusunda beklentilerinin yüksek olduğu ifade edilmektedir (Brady ve Cronin, 2001). Ayrıca eğitilmiş tüketiciler satın alma öncesi daha fazla bilgi edinme ve alternatifleri arama eğilimindedir (Mittal ve Kamakura, 2001). Bu durumda bebek yüzme programına katılan eğitilmiş ebeveynler için beklentilerinin karşılandığı ve sunulan programın onlar için uygun alternatiflerden biri olduğu ifade edilebilir.

Spora katılmak sosyalleşme ve yeni arkadaşlar edinmenin bir yolu olarak değerlendirilmektedir (Alexandris ve Palialia, 1999). Araştırmada eğitim düzeyi yüksek katılımcıların spor tüketicisinin tatminini etkileyen sosyalleşme boyutunda yüksek ortalamaya sahip olması, bebek yüzme programlarının eğitilmiş ebeveynlerin sosyalleşmesine fırsat sağlayan bir özelliğe sahip olduğunun göstergesi olabilir. Ayrıca, tatminin tekrar satın alma davranışının güvenilir bir göstergesi olduğu dikkate alınır (Cho ve ark., 2004), bu tarz spor programları aracılığıyla sosyalleşme arayışında olanların ileride tekrar satın alma davranışı göstereceği düşünülebilir.

İşletmeler ve program tasarlama tarafları tarafından sosyalleşme spor aktivite sürecinin bir parçası haline getirilmelidir. Toplantı, kutlamalar ve yemek gibi birlikte zaman geçirilebilecek organizasyonlar tüketicilerin sosyal ihtiyaçları ve beklentileri konusunda tatmin olmalarına

yardımcı olabilir. Aktivite sırasında ve aktivitenin gerçekleştiği tesislerde oluşturulan arkadaşlık ve sıcak ortam da buna yardımcı olabilir. Böylece tüketicinin işletme ve programa yönelik algısı pozitif yönde değişim gösterebilir. Olumlu algıya sahip tüketicilerin çevrelerine yaşadıkları deneyimle ilgili pozitif düşüncelerini ifade etmesi beklenen bir durumdur. Bu durum işletme ve programın yeni müşteriler kazanmasında etkili olabilir.

Araştırma sonuçlarından biri de işçi meslek grubundan olanların tüketici tatminini etkileyen “sağlık/fitnes” boyutunda istatistiki olarak anlamlı fark ortaya koymasındadır. Sağlık/fitnes boyutunda yüksek ortalamaya sahip olanların programa katılım sonucu sağlık ve fitnes ile ilgili ihtiyaçları ve beklentileri karşılanmış olarak yorumlanmaktadır (Alexandris ve Palialia, 1999). Bu sonuç işçi meslek grubundan olan ebeveynlerin çocukları için yüzme programında sağlıklı sonuçlar elde ettikleri şeklinde yorumlanabilir. Daha önceki araştırmalar rekreasyonel spora katılmanın bireye fiziksel, zihinsel ve psikolojik yönlerden katkılar sağladığını (Haines ve Fortman, 2008) ispatlamıştır. Ancak bu araştırmada programa katılım sonrası elde edilen sonuçlar ebeveynlerin bakış açısına göre değerlendirilmektedir.

Araştırma bulgularına göre son zamanlarda yaygınlaşmaya başlayan aile ile katılım sağlanan bebek yüzme programlarına yönelik tatmin boyutları katılımcıların cinsiyet, eğitim ve meslek grubu demografik değişkenlerine göre istatistiki anlamda farklılaşmaktadır. Yaş ve gelir değişkenlerinde ise anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. Gelir düzeyi arttıkça spora katılım oranında artış beklenmektedir (Farrell ve Shields, 2002). Düşük gelir düzeyi ise spora katılımın önünde bir engel olarak değerlendirilmektedir (Breuer ve Wicker, 2008). Bebek yüzme programının özel havuzlarda gerçekleştirilmesi, bir ders saatindeki katılımcı sayısının sınırlı tutulması, derslerin özel eğitilmiş eğitmenler tarafından sunulması vb. nedenler maliyetini yükseltebilmektedir. Dolayısıyla bu yüksek maliyeti karşılayabilecek katılımcıların, gelir düzeyi yüksek gruptan olduğu ifade edilebilir. Klopotan ve ark., (2016) gelir düzeyinin tüketici tutumu üzerinde anlamlı etkisinden söz etmektedir. Scott ve Shieff (1993)’e göre ise farklı gelir seviyesine sahip tüketicilerin algıları değişkenlik göstermektedir. Araştırma sonucunda tatmin düzeyinde gelire göre anlamlı farklılığın olmamasının sebebi katılımcıların aynı gelir düzeyine sahip olması olabilir. Yaş değişkeninde anlamlı farklılığın olmamasının sebebi ise araştırma katılımcılarının yaş ortalaması ile ilişkili olabilir. Bebek yüzme programına katılan ebeveynlerin çoğunluğunun 36 yaş ve altında yer alan gruptan olduğu görülmektedir. Mankongvanichkul (2010)’ e göre, genç tüketiciler deneyimi az olduğu için sunulan hizmeti değerlendirmede zorlanmaktadır. Bundan dolayı, tatmin düzeyinde yaşa göre anlamlı bir farklılığın olmamasının sebebi katılımcıların sunulan hizmet konusunda deneyim eksikliği olabilir. Sonuç olarak işletmeler pazar bölümü olarak yaş ve gelir demografik özelliğine yönelik pazarlama stratejilerini gözden geçirebilir veya bu değişkenlerin hedef pazarın bölümü olup olmadığını inceleyebilir. Aile ile birlikte gerçekleştirilen rekreasyonel aktivitelerin öneminin fark edilmesinden dolayı bebek yüzme aktivitesi gibi programların giderek artacağı tahmin edilmektedir. Bu tarz programları sunan işletmeler ve program tasarlayıcılar arasında rekabet yoğunlaşması olasıdır. Buna bağlı olarak da pazarlama stratejileri giderek önemli bir hale gelebilir. İşletmeler sürekli katılımcılarını tatmin etmek ve onların katılımını sürdürmek için sundukları hizmet ve programları geliştirmek durumundadır. Bunu mevcut tüketicilerini elde tutma ve yeni tüketicilere ulaşmak için de yapmaları gerekmektedir. Katılımcıların tatmin

düzeylerinin artması, işletmelere tüketicileri ellerinde tutma imkanı sağlarken, onların başka işletmelerden benzer hizmetleri talep etme ve satın alma gibi davranış değişikliğini engelleyebilir. Bu yüzden pazardaki rakipler için tatmin olmuş tüketicileri elde etmek zor olabilir. Rekreasyon işletmelerinin bu zorluğu aşabilmesi için kalite, tatmin ve davranışsal niyetler zinciri teorisinin temel varsayımı olan yüksek kaliteli hizmeti sunarak rekabetçi bir pazarda hayatta kalabilmeyi, müşterilerini tatmin edebilmeyi, korumayı ve uzun vadeli faydalar üretebilmeye dikkat etmelidir (Cronin ve Taylor, 1992; Dabholkar ve ark., 2000). Sonuç olarak işletmeler ve program tasarlayıcıların tüketici tatminini zaman zaman değerlendirmeleri, demografik özelliklere göre hedef pazar bölümlerine yönelik stratejileri gözden geçirmeleri gerekmektedir.

SINIRLILIKLAR VE ÖNERİLER

Bu araştırmanın diğer araştırmalarda olduğu gibi bazı sınırlılıkları vardır. Araştırma Eskişehir, Bursa, Aydın ve İstanbul'da düzenlenen bebek yüzme programı katılımcılarıyla gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar kolayda örnekleme yöntemi kullanılarak seçildiği için evrenin tamamını yansıtmamaktadır. Katılımcıların tatmin düzeyleri sadece cinsiyet, yaş eğitim durumu, meslek ve gelir demografik değişkenlerine göre incelenmiştir. Araştırmaya dahil edilmeyen diğer özellikler (medeni durum, ikamet edilen şehir vb.) gelecekteki araştırmaların konusu olabilir. Ayrıca araştırmaya dahil edilmeyen değişkenlerin bebek yüzme programları için pazar bölümü olup olmadığı incelenebilir.

İleride gerçekleştirilecek araştırmalarda boylamsal yaklaşımlarla tüketici tatminindeki değişimler incelenebilir. Ayrıca diğer şehirlerde düzenlenen bebek yüzme programlarına katılanlar araştırmaya dahil edilebilir. Bunun dışında bu çalışmada katılımcıların sadece tatmin düzeyi incelenmiştir. Gelecek araştırmalarda tatmin yapısının yanında tekrar satın alma, ağızdan ağıza iletişim ve alternatiflere yönelme gibi yapılar eklenerek aralarındaki ilişki incelenebilir. Son olarak nitel ya da nitel ve nicel araştırma yaklaşımlarının birlikte kullanıldığı karma araştırma yöntemi kullanılarak, bebek yüzme programlarına yönelik daha detaylı bilginin elde edilebileceği araştırmalar tasarlanabilir.

KAYNAKLAR

Alexandris K., Paliolia E. (1999). Measuring customer satisfaction in fitness centres in Greece: an exploratory study. *Managing Leisure*, 4(4), 218-228.

Amelia S. E. (2012). Methodology of learning swimming in the first part of life through a positive approach. *Ovidius University Annals, Series Physical Education and Sport/Science, Movement and Health*, 12(1), 88-96.

Ayçiçeği-Dinn A., Caldwell-Harris, C.L. (2013). Vertical collectivism, family-consciousness and urbanization in Turkey. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 12(47), 232-251.

Barcelona R. J., Wells M.S., Arthur-Banning S. (2016). Recreational sport program design, delivery and management. Campaign: Human Kinetics.

Brady M. K., Cronin Jr J. J. (2001). Some new thoughts on conceptualizing perceived service quality: a hierarchical approach. *Journal of Marketing*, 65(3), 34-49.

Breuer, C., Wicker, P. (2008). Demographic and economic factors influencing inclusion in the German sport system—a microanalysis of the years 1985 to 2005. *European Journal for Sport and Society*, 5(1), 33-42.

Buda, R., Sengupta, K., Elkhoully, S. E. (2006). Employee and organizational perspectives of service quality: A cross-cultural Study in Kuwait, United States and Saudi Arabia. *International Journal of Management*, 23(3), 430–435.

Casper J. M., Stellino M.B. (2008). Demographic predictors of recreational tennis participants' sport commitment. *Journal of Park & Recreation Administration*, 26(3), 93-115.

Cho B.H., Lee C., Chon T.J. (2004). Effect of customers' service quality satisfaction for repurchase of golf range user. *Korean Journal of Physical Education*, 42(2), 179–188.

Cronin Jr J.J., Brady M.K., Hult G.T.M. (2000). Assessing the effects of quality, value, and customer satisfaction on consumer behavioral intentions in service environments. *Journal of Retailing*, 76(2), 193-218.

Cronin Jr J.J., Taylor S.A. (1992). Measuring service quality: a reexamination and extension. *Journal of Marketing*, 56(3), 55-68.

Dabholkar P.A., Shepherd C.D. Thorpe D.I. (2000). A comprehensive framework for service quality: an investigation of critical conceptual and measurement issues through a longitudinal study. *Journal of Retailing*, 76 (2), 139-173.

Demir Ş. Ş., Kozak M. (2013). Tüketici davranışları. Ankara: Detay Yayıncılık.

Dewan, M., Mahajan, S. (2014). Customer Satisfaction and the moderating effect of Demographics in Public Sector Banks. *Journal of Business and Management*, 16(3), 29-35.

Erikson E.H. (1968). Identity: Youth and crisis. New York: Norton.

Farrell, L., Shields, M. A. (2002). Investigating the economic and demographic determinants of sporting participation in England. *Journal of the Royal Statistics Society*, 165(2), 345-358.

Font-Ribera L., Villanueva C.M., Nieuwenhuijsen M.J., Zock J.P., Kogevinas M., Henderson J. (2011). Swimming pool attendance, asthma, allergies, and lung function in the Avon Longitudinal Study of Parents and Children cohort. *Am J Respir Crit Care Med*, 183(5), 582-588.

García-Fernández J., Gálvez-Ruiz P., Fernández-Gavira J., Vélez-Colón L., Pitts B., Bernal-García A. (2018). The effects of service convenience and perceived quality on perceived value, satisfaction and loyalty in low-cost fitness centers. *Sport Management Review*, 21(3), 250-262.

Greenwell T.C. (2007). Expectations, industry standards, and customer satisfaction in the student ticketing process. *Sport Marketing Quarterly*, 16(1), 7-14.

Haines D.J., Fortman T. (2008). The college recreational sports learning environment. *Recreational Sports Journal*, 32(1), 52-61.

Hair J.F., Black W.C., Babin B.J., Anderson R. E. (2013). Multivariate data analysis (Seventh Edition). Harlow: Pearson.

Hatcher L. (1994). A step-by-step approach to using the SAS(R) system for factor analysis and structural equation modeling. Cary, NC: SAS Institute.

Holman T., Epperson A. (1984). Family leisure: A review of the literature with research recommendations. *Journal of Leisure Research*, 16(4), 277–294.

Kağıtçıbaşı C. (2010). Benlik, aile ve insan gelişimi-kültürel psikoloji. İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.

Karaküçük, S. (2014). Rekreasyon: Boş zamanları değerlendirme (7. Baskı). Ankara: Gazi Kitabevi.

Klopota, I., Vrhovec-Žohar, K., Mahič, E. (2016). Impact of Income on Customers' Loyalty: Are Customers with Higher Income more Loyal?. *Business Systems Research Journal: International Journal of the Society for Advancing Business & Information Technology (BIT)*, 7(1), 81-88.

Kotler P. (1994). Marketing management: Analysis, planning, implementation and control (8th ed.). New York: Prentice-Hall.

Kotler P. (2001). Marketing management millennium edition. Upper Saddle River: Prentice-Hall.

Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling (Third Edition)*. New York: Guilford Press.

Kwon H.H., Trail G.T., Anderson D.S. (2005). Are multiple points of attachment necessary to predict cognitive, affective, conative, or behavioral loyalty? *Sport Management Review*, 8(3), 255–270.

Liang Z. (2018). A Marketing and management analysis about the swim-ming market in Guangzhou. Bachelor's Thesis, Haaga-Helia University of Applied Sciences, Helsinki

Mankongvanichkul W. (2010). *Passenger satisfaction with service quality: a case study of Thai Airways International's Domestic Flights*, Master Thesis, Srinakharinwirot University, Thailand.

Martins J. M., Brooks G. (2010). Teaching consumer demographics to marketing students. *Population Research and Policy Review*, 29(1), 81-92.

Melnyk V., Van Osselaer S.M., Bijmolt T.H. (2009). Are women more loyal customers than men? Gender differences in loyalty to firms and individual service providers. *Journal of Marketing*, 73(4), 82-96.

Mittal, V., Kamakura, W. A. (2001). Satisfaction, repurchase intent, and repurchase behavior: Investigating the moderating effect of customer characteristics. *Journal of Marketing Research*, 38(1), 131-142.

Nunnally, J. C. ve Bernstein, I. H. (1994). Psychometric Theory, McGraw-Hill. New York.

Oliver R.L. (1997) Satisfaction: A behavioral perspective on the consumer, New York, NY: McGraw-Hill.

Orthner D. K., Mancini J.A. (1991). Benefits of leisure for family bonding. In B. L. Driver, P. J. Brown, & G. L. Peterson (Eds.), *Benefits of leisure* (215–247). State College, PA: Venture.

Salkind N. J., Green S. B. (2005). Using SPSS for Windows and Macintosh: Analyzing and understanding data. Pearson Prentice Hall.

Scott, D., Shieff, D. (1993). Service quality components and group criteria in local government. *International Journal of Service Industry Management*, 4(4), 42-53.

Sigmundsson H., Hopkins B. (2010). Baby swimming: Exploring the effects of early intervention on subsequent motor abilities. *Child: Care, Health and Development*, 36, 428–430.

Snipes R. L., Thomson N. F., Oswald S. (2004). Gender bias in customer evaluations of service quality: An empirical investigation. *Journal of Service Marketing*, 20(4), 274–284.

Şimşek K.Y., Mercanoğlu A.O. (2014). Spor tüketicisi tatmin ölçeğinin Türkçe uyarlaması: Rekreatif spor tüketicisi örneği. *Spor Bilimleri Dergisi*, 25(4), 159-171.

Tabachnick B. G. and Fidel L. S. (2013). Using multivariate statistics (6. Edition). Boston: Pearson.

Tsiotsou, R., Vasioti, E. (2006). Using demographics and leisure activities to predict satisfaction with tourism services in Greece. *Journal of Hospitality & Leisure Marketing*, 14(2), 69-82.

Yoshida M., James J.D. (2010). Customer satisfaction with game and service experiences: antecedents and consequences. *Journal of Sport Management*, 24(3), 338–361.

Zabriskie R.B., Aslan N., Williamson M. (2018). Turkish family life: A study of family leisure, family functioning, and family satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 49(1), 8-27.

Zabriskie R.B., McCormick B.P. (2003). Parent and child perspectives of family leisure involvement and satisfaction with family life. *Journal of Leisure Research*, 35(2), 163-189.

Geliş Tarihi (Received): 04.03.2019
Kabul Tarihi (Accepted): 13.09.2019
SPORMETRE, 2019,17(4),81-90
DOI: 10.33689/spormetre.535461

DOPİNGDE AHLAKTAN UZAKLAŞMA ÖLÇEĞİNİN TÜRK KÜLTÜRÜNE UYARLANMASI: GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

Bahri GÜRPINAR¹, Mert NALBANT², Maria KAVUSSANU³

¹Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Bölümü, Antalya

²Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Doktora Öğrencisi, Antalya

³University of Birmingham School of Sport, Exercise and Rehabilitation Sciences, Birmingham

Öz: Bu çalışmanın amacı doping kullanımındaki ahlaktan uzaklaşma mekanizmalarını ölçmek üzere Kavussanu, Hatzigeorgiadis, Elbe ve Ring (2016) tarafından geliştirilen Dopingte Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği'ni (Moral Disengagement in Doping – MDDS) Türk kültürüne uyarlamak ve psikometrik özelliklerini değerlendirmektir. Araştırma grubunu yaşları 17-31 arasında değişen 32 farklı spor branşından 264 sporcu oluşturmuştur. Sporcuların yaş ortalamaları 19,25±1,96 ve spor yaşı ortalamaları 4,85±3,15 yıldır. Sporcuların %41,7'si (n=110) kadın, %58,3'ü (n=154) ise erkektir. MDDS'nin geçerliği DFA ile test edilmiştir. Uyum indeksleri tüm parametrelerde mükemmel uyum göstermiştir (Ki-kare/sd=1,44; RMSEA=0,041; GFI=0,99; AGFI=0,96; CFI=1,00; NNFI=0,99; SRMR=0,027). Sonuç olarak, Dopingte Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği Türkçe versiyonuna ait verilere bakıldığında ölçeğin güvenirliliğinin oldukça yüksek olduğu, yakınsak ve eş zaman geçerliğine ait parametrelerin kabul edilebilir seviyelerde olduğu görülmekte ve doping kullanımına ait ahlaktan uzaklaşma mekanizmalarını belirlemek isteyen Türkiye'deki araştırmalarda bu ölçeğin kullanılabilmesi düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Doping, Ahlaktan Uzaklaşma, Geçerlik, Güvenirlilik

ADAPTATION OF THE MORAL DISENGAGEMENT IN DOPING SCALE INTO TURKISH CULTURE: A VALIDITY AND RELIABILITY STUDY

Abstract: The aim of this study is to adapt the Moral Disengagement in Doping – MDDS developed by Kavussanu, Hatzigeorgiadis, Elbe ve Ring (2016) and evaluate its psychometric properties. The study group consisted of 264 athletes from 32 different sports branches and aged between 17-31. The average age of the athletes are 19.25 ± 1.96 and the average sport experience is 4.85 ± 3.15 years. 41.7% (n = 110) of the athletes are female and 58.3% (n = 154) are male. The MDDS validated with CFA. Fit indices values for all parameters were found to be excellent (Chi-square/df=1,44; RMSEA=0,041; GFI=0,99; AGFI=0,96; CFI=1,00; NNFI=0,99; SRMR=0,027). As a result, the reliability of the Turkish version of the MDDS is high enough, convergent and concurrent validity parameters are at acceptable levels. It can be said that researchers in Turkey who want to determine the moral disengagement mechanism in doping could be utilized this scale.

Keywords: Doping, Moral Disengagement, Validity, Reliability

* Bu çalışma 2017 yılında İspanya'nın Sevilla şehrinde düzenlenen 14. ISSP Dünya Spor Psikolojisi Kongresi'nde bildiri olarak sunulmuştur.

GİRİŞ

Doping terimi belirli bir spora ait yönetim organı tarafından o sporu yapan sporcuların kullanımına yasaklanmış maddeler ve yöntemler grubunu ifade etmektedir. Genel olarak bakıldığında dünyadaki neredeyse tüm spor federasyonlarının Dünya Anti-Doping Ajansı'nın yasak maddeler ve ilaçlar listesine (WADA, 2019) uyduğu görülmektedir. Buna rağmen, bu yasaklanmış maddelerin sporda performansı artırmak için kullanılması ise oldukça yaygındır. De Hon ve arkadaşları (2015) seçkin sporcuların % 14-39'unun doping kullandığını ifade etmişlerdir. Başka bir çalışmada takım sporu yapan sporcuların % 22'si, dayanıklılık sporcularının % 37'si ve hız ve güç sporcularının % 43'ü yasaklanmış maddeleri kullanan bir sporcuyla şahsen tanıdıklarını bildirmişlerdir (Alaranta ve ark., 2006). Zabala ve arkadaşları (2016), performans arttırıcı ilaç kullanımında özellikle rekabet deneyimine sahip amatör bisikletçilerin riskli bir grup olduğunu belirtmişlerdir. Ntoumanis ve arkadaşları (2014), doping ile ilgili 63 araştırmayı incelediği meta analiz çalışmalarında dopinge karşı olumlu tutuma sahip olma ile doping yapma arasında güçlü bir ilişki olduğunu ortaya koymuşlardır. Doping sadece elit sporunda kullanıldığına ilişkin bir kanı vardır, ancak dopingin ergen sporcularda kullanıldığına dair araştırmalar da yer almaktadır (Gradidge ve ark., 2011).

Doping sporda kullanılması bir tür hiledir ve etik dışı, yasadışı ve sağlıktan ödün verme olarak düşünülmektedir. Altta yatan psikolojik süreçler üzerine yapılan araştırmalar doping kullanımının karmaşık bir olgu olduğunu ve performans arttırma ihtiyacından rekabetçi bir arayışa kadar uzanan çatışan değer sistemlerinden kaynaklandığını ortaya koymuştur (Petroczi ve Strauss, 2015). Sporcuların doping yapma sebeplerini ortaya koymaya yönelik çeşitli modeller geliştirilmiştir. Bunlardan bir tanesi doping yapmayı hedefe yönelik bir davranış olarak gören ve kişisel ahlakın doping kullanma tutumunu etkileyen bir faktör olduğunu belirten Sporda İlaç Kullanımı Kontrol Modeli'dir (Donovan ve ark., 2002). Bir başka model ise kişilik özelliklerinin, takımdaki ilaç kullanma kültürü gibi sistematik faktörlerin ve takım arkadaşları ile olan etkileşim gibi durum faktörlerinin ayrımını yaparak aralarındaki farklılıkları ortaya koyan Yaşam Döngüsü Modeli'dir (Petroczi ve Aidman, 2008). Doping yapma ile ilgili belirli gerekçeler olmasına rağmen, doping kullanımının bilinçli olarak yapılan muhakemeler ile performans geliştirmeye yönelik olarak yapıldığını belirten çalışmalara da rastlanmaktadır (Mallia ve ark., 2016).

Ahlaktan Uzaklaşma

Dopingte ahlaktan uzaklaşma özellikle son yıllarda doping alan yazınında sıkça araştırılan konulardan birisidir. Ahlaktan uzaklaşma, Bandura'nın (1991) ahlaki düşünce ve eylemin sosyal bilişsel kuramında temel bir yapıdır. "Ahlaktan uzaklaşma mekanizmaları"nın seçilerek kullanılması, insanların olumsuz olarak etkilenmeden kuralları çiğnemelerine izin verir, dolayısıyla yapacakları olumsuz bir davranışta hissedecekleri olumsuz baskı azalmış olur. Bu mekanizmaları kullanan kişi suç teşkil eden saldırgan davranışı ve sonuçlarını bilişsel olarak yeniden yapılandırır ve neden olduğu zarardaki rolünü en aza indirgeyerek veya gizleyerek, davranışının olumsuz sonuçlarını görmezden gelerek ya da çarpıtarak, karşıdaki kişiyi insanlık dışılaştırarak ya da suçlayarak hareket eder (Kavussanu ve ark., 2016). Bu mekanizmalar ahlaki gerekçe, örtmeceli sınıflandırma, avantajlı karşılaştırma, sorumluluğun yer değiştirmesi, sorumluluğun dağılması, sonuçların saptırılması, suça dayanak oluşturma ve insani özelliklerden uzaklaşma olarak adlandırılmaktadır (Bandura, 1991). "Ahlaki gerekçe"de zararlı bir davranış bilişsel olarak yeniden yapılandırılır, övgüye değer bir hale getirilir ve böylelikle kişi olayı zihninde sosyal veya ahlaki bir amacı gerçekleştiriyor gibi tasvir eder (Bandura, 1991). Örneğin, doping, sporcu tarafından takımının maçı kazanmasına yardımcı olmanın bir yolu olarak gerekçelendirilebilir (Kavussanu ve ark., 2016). *Örtmeceli*

sınıflandırma suç teşkil eden davranışı gizlemek veya daha az zararlı göstermek için daha farklı bir dil kullanmaktır (Bandura, 1991). Örtmece, ölen kişiye sizlere ömür denmesi gibi “Düpedüz söylenmesi kaba, çirkin ya da sakıncalı görülen nesnelere, kavramların, başka sözcüklerle daha uygun biçimde adlandırılarak dolaylı bir biçimde anlatılması” olarak da tanımlanmaktadır (TDK Yazın Terimleri Sözlüğü, 2019). Bazı vücut geliştiricilerin yasaklı maddelere “meyve suyu” dedikleri rapor edilmiştir (Boardley ve Grix, 2014). *Avantajlı karşılaştırma* belirli davranışın daha zararlı bir davranışla karşılaştırılarak önemsizmiş gibi gösterilmesidir (Bandura, 1991). Hırsızlık yapan kişinin “adam öldürmedik ya” demesi ya da doping yapan sporcunun dopingi fiziksel saldırı ile karşılaştırarak önemsizleştirilmesi bu mekanizmaya örnek olarak gösterilebilir. *Sorumluluğun yer değiştirmesi* insanların davranışlarının sorumluluğunu toplumsal baskılara ya da bir otoritenin talimatına bağlaması ve kendi davranışından sorumlu olmadığını düşünmesidir (Bandura, 1991). Sporcuların kullandığı dopingin sorumluluğunu almayarak suçu antrenörüne takım arkadaşına veya takım doktoruna yüklemesi bu duruma örnek olarak verilebilir. *Sorumluluğun dağılması*, grupça hareket edilen, herkesin bu zararlı davranıştan sorumlu olduğu bir durumda kimsenin davranışın sorumluluğunu hissetmemesidir. Bu gibi durumlarda grup tarafından verilen zarar grubun diğer üyelerine yüklenmektedir (Bandura, 1991). Grupça yapılan bir linç eyleminde bu durum görülebiliyorken sporda bir takımın topluca doping yapmaya karar vermesi ve sorumluluğun takım kararına bağlanması bu duruma örnek verilebilir. *Sonuçların saptırılması* kişi kınanması gereken bir eylem yaptığında ve bu eylem sonucunda neden olduğu zararlar ile yüzleşmekten kaçtığına ya da zararı önemsemediğinde ortaya çıkmakta ve kişi kendisinin cesaretini kırabilecek potansiyel tepkinin azaldığını düşünebilmektedir (Bandura, 1991). Doping yapan bir sporcunun doping yaparak kimseye zarar vermediğini düşünmesi bu duruma bir örnektir. *Suçta dayanak oluşturma* bireylerin kendilerini mağdur ya da koşullar tarafından zararlı davranış yapmak zorunda kalan biri olarak gördüğünde veya kışkırtıldıklarını düşündüklerinde ortaya çıkmaktadır (Bandura, 1991). *İnsani özelliklerden uzaklaşma* rakibe algısal olarak yabancı bir karakteristik ve hayvansı nitelikler atfederek onu insani özelliklerden çıkarmaktır (Bandura, 1991). Son iki mekanizma araştırmacılara göre doping ile ilgili görülmemektedir (Boardley ve Grix, 2014; Lucidi ve ark., 2008). Görüldüğü üzere bu mekanizmaların sporcular tarafından benimsenmesinin performans artırıcı ilaç kullanırken bahaneler üretmeye ve rahatça doping yapmaya neden olabileceği öngörülmektedir.

Doping kullanmadaki Psiko-sosyal süreçleri ahlaktan uzaklaşma kuramı açısından ele alan çalışmalar önemli noktalara değinmektedir. Ntoumanis ve arkadaşları (2017), dopingte ahlaktan uzaklaşmanın doping niyetini öngörmeye ahlaki tutumlardan daha güçlü olduğunu belirtmişlerdir. Boardley ve Grix (2014), doping kullanan vücut geliştiricilerinde ahlaktan uzaklaşmanın var olduğuna dair önemli kanıtlar bulunduğu belirtmişler ve bu sporcuların ilaç takviyelerinden enjektör kullanımına kadar çeşitli yöntemleri kullandıklarını ve bu durumun da spor salonları tarafından desteklendiğini ifade etmişlerdir. Boardley ve arkadaşları (2014), 64 vücut geliştirici ile yaptıkları nitel bir araştırmada altı ahlaktan uzaklaşma mekanizmasının (ahlaki gerekçe, örtmeceli sınıflandırma, avantajlı karşılaştırma, sorumluluğun yer değiştirmesi, sorumluluğun dağılması ve sonuçların saptırılması) sporcular tarafından benimsendiğini belirtmişlerdir. Boardley ve arkadaşları (2015), çeşitli spor dallarından doping kullanan 12 erkek sporcu ile görüşmüşler ve bu sporcuların doping kullanmaya nasıl başladıklarını ve doping kullanımını kolaylaştıran psikolojik ve sosyal süreçleri incelemişlerdir. Buna göre Bandura'nın sekiz ahlaktan uzaklaşma mekanizmasından insani özelliklerden uzaklaşma hariç yedisinin doping kullanma gerekçesi olarak benimsendiğine dair kanıtlar bulunmuştur.

Ahlaktan uzaklaşmayı ölçen çeşitli ölçeklere literatürde rastlanmaktadır (Bandura ve ark., 1996; Boardley ve Kavussanu, 2007, 2008; Lucidi ve ark., 2008). Bu alandaki ilk ölçek Bandura ve ark. (1996) tarafından geliştirilmiş ve bu ölçek ile ilk olarak saldırganca davranışlar ile ahlaktan uzaklaşma arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Boardley ve Kavussanu (2007), sporda ahlaktan uzaklaşmayı ölçmek üzere sekiz mekanizmanın 32 madde ile ölçüldüğü bir ölçek geliştirmişlerdir. Yine aynı araştırmacılar daha sonra aynı sekiz mekanizmanın her birinin tek bir madde ile ölçüldüğü sekiz maddelik kısa bir form da geliştirmişlerdir (Boardley ve Kavussanu, 2008). Özellikle doping kullanımındaki ahlaktan uzaklaşmayı ölçen ilk ölçek ise Lucidi ve arkadaşları (2008) tarafından geliştirilmiştir. Ancak bu ölçeğin sınırlıkları olduğu, ölçek çalışmasında yer alan çalışma grubunun %40'tan fazlasının aktif spor katılımcısı olmadığı, ölçeğin spora özgü değil vücut geliştiricilerine özgü olduğu belirtilmektedir (Kavussanu ve ark., 2016, Boardley ve ark., 2017). Dopingte Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği – DAUÖ (MDDS- Kavussanu ve ark., 2016) sporda doping kullanımındaki ahlaktan uzaklaşma mekanizmalarını ölçen bir araçtır. Bu çalışmanın amacı Türk araştırmacıların kullanabilmesi için Dopingte Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeğini Türkçe'ye uyarlamak ve bu ölçeğin geçerlik ve güvenilirliğini test etmektir.

YÖNTEM

Bu başlık altında çalışma grubu, veri toplama aracı, çeviri işlemi ve verilerin analizine dair bilgiler verilmiştir.

Çalışma Grubu

Tarama modeli esas alınarak yürütülen bu araştırmanın çalışma grubunu, yaşları 17-31; spor yaşları 1-14 yıl arasında değişen 32 farklı spor branşından 264 sporcu oluşturmuştur. Veriler beden eğitimi bölümü özel yetenek sınavına girmek için kayıt yaptıran aday öğrencilerden gönüllülük esasına göre sınavdan 2 saat önce toplanmıştır. Sporcuların yaş ortalamaları $19,25 \pm 1,96$ ve spor yaşı ortalamaları $4,85 \pm 3,15$ yıldır. Sporcuların %41,7'si (n=110) kadın, %58,3'ü (n=154) ise erkektir.

Veri Toplama Aracı

Dopingte Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği (Moral Disengagement in Doping Scale-MDDS) (Kavussanu ve ark., 2016) performans artırıcı yasaklanmış maddelerin kullanımındaki ahlaktan uzaklaşma mekanizmalarını ölçmek üzere geliştirilmiş bir ölçektir. Ölçek, altı ahlaktan uzaklaşma mekanizmasını içeren 6 maddeli ve tek boyutlu bir yapıya sahiptir. Ölçek 7'li Likert tipindedir ve Kesinlikle Katılmıyorum (1) ile Kesinlikle Katılıyorum (7) arasında puanlanmaktadır. Araştırmacılar çok boyutlu ölçeklerin yerine tek boyutlu ölçeklerin kullanılmasının hem istatistiksel hem de pratik olarak faydalı ve avantajlı olduğunu belirtmişlerdir (DeVellis, 2003, Boardley ve Kavussanu, 2008). Boardley ve Kavussanu (2008) da daha evvel sporda ahlaktan uzaklaşma eğiliminin ölçümü için geliştirdikleri kısa form için tek boyutlu bir ölçeğin daha faydalı olduğunu ifade etmişlerdir. Orijinal ölçek üç aşamada geliştirilmiştir. Birinci aşamada erkek ve kadınlar için ölçeğin ölçüm değişmezliği ortaya konulmuştur. İkinci aşamada ölçeğin yapı geçerliğine ait kanıtlar sunmak için benzer yapıdaki ölçekler çalışma gruplarına uygulanmış ve yakınsak (convergent) ve eş zamanlı (benzer ölçek geçerliği- concurrent) geçerlik hesaplanmıştır. Üçüncü aşamada ise ölçeğin bireysel sporcularda da kullanılıp kullanılmayacağını test etmek için bir doping senaryosu oluşturulmuştur. Sporculardan aşağıdaki senaryoda belirtilen durumda olsalar ve yakalanma ihtimallerinin olmayacağını bilseler doping yapmaya ne kadar istekli olacakları, doping yapmanın onları ne kadar cezbedeceği ve doping yapmanın onlara ne kadar mantıklı geleceği

sorularını 1 ve 7 arasında bir not vererek değerlendirmeleri istenmiştir. Bu senaryo şu şekildedir:

“Sezonunuzun en önemli maçından önceki haftadasınız. Rakipleriniz de size benzer bir yetenekler. Son zamanlarda, performansınız en iyi seviyenizin altında kaldı. Bu yarışma için gerekli zindeliğe sahip olduğunuzu düşünmüyorsunuz ve nasıl performans göstereceğiniz konusunda endişelisiniz. Zindeligi arttırmak için bir madde kullandığınızı söyleyen bir arkadaşınıza bu durumunuzdan bahsettiniz. Maddenin kurallara göre sporda kullanılması yasaktır, ancak yakalanmanız için çok küçük bir şans vardır.”

Ölçeğin yapı geçerliliğine ait yeterli kanıt sağladığı belirtilmiştir. Ölçek geliştirilirken dopingte ahlaktan uzaklaşma mekanizmalarını ölçmek için ahlaki gerekçe, örtmeceli sınıflandırma, avantajlı karşılaştırma, sorumluluğun yer değiştirmesi, sorumluluğun dağılması, sonuçların saptırılması mekanizmaları ile ilgili 12 maddelik soru havuzu oluşturulmuştur. İçerik geçerliliğini tespit etmek için uzman görüşlerine başvurulmuştur. Birinci çalışmada 506 sporcuya uygulanan ölçeğin faktör geçerliliğini ve ölçüm değişmezliğini test etmek için Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) yapılmıştır. Faktör yük değerleri 6 madde için 0,60-0,80 aralığında uyum indeksi değerleri ise Ki-kare=23,83; Serbestlik Derecesi (sd)=9; Sağlam Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (Robust Comparative Fit Index, CFI)=0,98; Sağlam Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (Robust Root Mean Square Error of Approximation, R-RMSEA)=0,057; Standartlaştırılmış Ortalama Hataların Karekökü (Standardized Root Mean Square Residuals, SRMR)=0,030 olarak bulunmuştur. Bu psikometrik özelliklerle altı maddelik MDDS'nin geçerli ve güvenilir olduğu görülmektedir.

İşlem

Uyarlamaya başlamadan önce orijinal ölçeğin sorumlu yazarı Maria KAVUSSANU ile e-posta yoluyla iletişim kurulmuş, ölçeğin Türkçe'ye uyarlanabilmesi için gerekli izin alınmıştır. Orijinal dili İngilizce olan ölçek, anadili Türkçe olan çevirmenler tarafından İngilizce'den Türkçe'ye çevrilmiştir. Çevirmenler tarafından üç farklı çeviri yapılmıştır. Elde edilen üç farklı çeviri bir spor bilimci ile beraber incelenip en iyi olduğu düşünülen ifadeler ile ölçeğin Türkçe versiyonu oluşturulmuştur. Bir sonraki aşamada, ölçeğin Türkçe versiyonu Türkçe ve İngilizce'yi iyi seviyede konuşan 1 tercüman tarafından tekrar İngilizce'ye çevrilmiştir. Orijinal İngilizce form ile Türkçe formdan İngilizce'ye çevrilen ölçek formu incelenmiş ve ikisi arasında fark olmadığı görüşüne varılmıştır.

Verilerin Analizi

MDDS'nin psikometrik özelliklerini belirlemek amacıyla veriler araştırma grubundan toplandıktan sonra doğrulayıcı faktör analizine (DFA) tabi tutulmuştur. Yapılan DFA ile toplanan verinin orijinal model ile olan uyumu test edilmektedir. Bu uyumu ortaya koymak için hangi uyum indeksinin kullanılacağı ile ilgili araştırmacılar tarafından bir fikir birliği olmamakla birlikte birden çok uyum indeksine bakılarak değerlendirme yapılması önerilmektedir (Sümer, 2000, Jöreskog ve Sörbom, 1993). Bu çalışmada yapılan DFA ile Ki-Kare Uyum Testi (Chi-Square Goodness), Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (Root Mean Square Error of Approximation, RMSEA), Ortalama Hataların Karekökü (Root Mean Square Residuals, RMR veya RMS), Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (Comparative Fit Index, CFI), Normlaştırılmış Uyum İndeksi (Normed Fit Index, NFI), İyilik Uyum İndeksi (Goodness of Fit Index, GFI) ve Düzeltilmiş İyilik Uyum İndeksi (Adjusted Goodness of Fit Index, AGFI) incelenmiştir. Normal dağılımı test etmek için çarpıklık ve basıklık değerleri hesaplanmış ve çarpıklık değeri 0.935, basıklık değeri ise 0.384 olarak bulunmuştur. Çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1 ile +1 arasında yer alması verilerin normal dağılım gösterdiğini

göstermiştir (Hair ve ark., 2013). Yapı geçerliğine kanıt sunmak için yakınsak ve eş zamanlı geçerlik için çeşitli korelasyon değerleri hesaplanmıştır. Yakınsak geçerlilik, bir ölçünün teorik olarak benzer yapılarla ilişkili olduğunu ifade etmektedir. Sosyoloji, psikoloji ve diğer psikometrik ya da davranış bilimlerinde kullanılan bir geçerlik parametresidir. Bir ölçek daha önce doğrulanmış olan bir ölçek ile iyi bir korelasyon gösterdiğinde ortaya çıkan bir geçerlik kanıtıdır. Eş zamanlı geçerlik ise aynı yapıyı ölçen ve daha önceden geçerliği ispatlanmış bir ölçeğin başka bir ölçekle aynı zamanda uygulanarak ve iki ölçek arasındaki ilişkiye bakılarak değerlendirilen bir geçerlik türüdür (Kline, 2005). Yakınsak geçerliği belirlemek için Boardley ve Kavussanu tarafından geliştirilen ve Gürpınar (2015) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği Kısa Formu (Moral Disengagement in Sport – Short) kullanılmıştır. Eş zamanlı geçerlik için ise Lee ve arkadaşları (2007) tarafından geliştirilen ve Gürpınar (2014) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Altyapı Sporlarında Ahlaki Karar Alma Tutumları Ölçeği'nin (Attitudes to Moral Decision-Making in Youth Sport Questionnaire-AMDYSQ) hile alt ölçeği ile Kavussanu ve Boardley (2009) tarafından geliştirilen ve Balçıkınlı (2013) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Sporda Prososyal ve Antisosyal Davranış Ölçeği'nin 2 antisosyal alt ölçeği kullanılmıştır. Güvenirlik analizi için ise Cronbach's Alpha katsayısı hesaplanmıştır. Ayrıca dopingte ahlaktan uzaklaşma seviyelerini belirlemek için tanımlayıcı istatistikler hesaplanmıştır. Verilerin analizinde SPSS 18.0 ve Lisrel 8.72 programları kullanılmıştır.

BULGULAR

Ölçeğin güvenilirliğini ortaya koymak için Cronbach's Alpha Katsayısı hesaplanmıştır. Buna göre hesaplanan Cronbach's Alpha katsayısı .78 ile iyi bir iç tutarlılık göstermiştir. Dilsel eşdeğerliği belirlemek için uzman görüşü ile elde edilen ölçeğin Türkçe formu ve ölçeğin orijinal formu 15 gün arayla İngilizce ve Türkçe bilen 26 kişi tarafından tamamlanmıştır. Her iki form arasında hesaplanan Spearman korelasyon katsayısı .86 olarak bulunmuştur. Uzman görüşleri ve elde edilen bu korelasyon katsayısına bakarak çevirinin orijinal ölçeği yansıttığı görüşüne varılmıştır. Ölçeğin içerik geçerliliği uzman görüşleri ile sağlanmıştır. Yapı geçerliğine kanıt sunmak adına yakınsak ve eş zamanlı geçerlik için çeşitli korelasyon değerleri hesaplanmıştır (Tablo 1). Yakınsak ve eş zamanlı geçerliği hesaplamak için Tablo 1'de belirtilen ölçekler çalışma grubuna uygulanmıştır.

Tablo 1. Yakınsak ve Eş Zamanlı Geçerliğe İlişkin Korelasyon Değerleri

| Ölçekler | Dopingte Ahlaktan Uzaklaşma (MDDS) |
|--|------------------------------------|
| Sporda Ahlaktan Uzaklaşma-Kısa Form (MDSS-S) | ,43** |
| Hileyi Benimsemek Alt Ölçeği (AMDYSQ) | ,31** |
| Takım Arkadaşına Antisosyal Davranış (PABBS) | ,27** |
| Rakibe Antisosyal Davranış (PABBS) | ,33** |

**P<0,01

Dopingte Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği'nin yakınsak geçerliğine kanıt sunmak adına Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği kullanılmış ve her iki ölçek arasındaki Spearman korelasyon katsayısı .43 olarak bulunmuştur. Eş zamanlı geçerliğine kanıt sunmak adına Altyapı Sporlarında Ahlaki Karar Alma Tutumları Ölçeği'nin hileyi benimsemek alt ölçeği ve Sporda Prososyal ve Antisosyal Davranış Ölçeği'nin takım arkadaşına antisosyal davranış ve rakibe antisosyal davranış alt ölçekleri kullanılmıştır. Bu üç alt ölçek ile Dopingte Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği arasındaki Spearman korelasyon katsayıları sırasıyla .31, .27 ve .33 olarak

bulunmuştur. Bu pozitif anlamlı ilişkiler Dopingte Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği'nin yakınsak ve eş zaman geçerliliğine kanıt sunmaktadır.

Tablo 2. Temel Bileşenler Analizi Sonuçları ve Tanımlayıcı İstatistikler

| Ahlaktan Uzaklaşma Mekanizması | Madde | Ort | SS | Faktör Yüğü |
|--------------------------------|--|------|------|-------------|
| Örtmeceli Sınıflandırma | Doping yapmak potansiyelinizi en üst seviyeye çıkarmanın bir yoludur. | 2.83 | 2.25 | 0.51 |
| Sorumluluğun Dağılıması | Eğer takımdaki herkes doping yapıyorsa bir sporcu doping yaptığından dolayı suçlanmamalıdır. | 2.65 | 2.03 | 0.61 |
| Sorumluluğun Yer Değiştirmesi | Eğer takım arkadaşlarının baskısı sonucu sporcular doping yapıyorsa sporcular bundan dolayı suçlanmamalıdır. | 2.48 | 1.85 | 0.66 |
| Avantajlı Karşılaştırma | Günlük hayatta insanların yaptığı illegal davranışlarla karşılaştırıldığında sporda yapılan doping çok da önemli değildir. | 2.44 | 1.85 | 0.61 |
| Sonuçların Saptırılması | Doping yapmak gerçek anlamda kimseye zarar vermez. | 2.15 | 1.83 | 0.72 |
| Ahlaki Gerekçe | Doping yapmak kabul edilebilir çünkü doping takımınıza yardım eder. | 1.69 | 1.43 | 0,57 |

Türkçe formun yapı geçerliliğine kanıt sağlamak için DFA yöntemi kullanılmış ve farklı uyum indeksleri kullanılmıştır. T değerleri 2.56'dan büyük olduğundan 0,01 düzeyinde anlamlıdır. Hata varyansları 0,90'dan büyük değildir. Dopingte Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeğine ait tanımlayıcı istatistikler ve faktör yükleri Tablo 2'de verilmiştir. Altı maddelik ölçek için faktör yük değerleri 0.51 ile 0.72 arasında değişmektedir. Sporcuların en çok sorumluluğun dağılıması mekanizmasını kullandıkları görülmektedir.

Yapılan ilk DFA, 1. ve 2. maddeler arasında modifikasyon önermiş ve yapılan bu modifikasyon uyum indekslerine önemli bir katkı sağlamıştır. Yeni uyum indeksleri Tablo 3'de gösterilmiştir. DFA ile, Türk örnekleminde elde edilen puanların uygunluğu test edilmiştir. Bu sonuçlar, modelin tüm parametrelerde mükemmel bir uyum sağladığını göstermektedir.

Tablo 3. Uyum İndeksi Değerleri

| X ² /sd | RMSEA | GFI | AGFI | SRMR | CFI | NNFI |
|--------------------|-------|------|------|-------|------|------|
| 1.44 | 0.041 | 0.99 | 0.96 | 0.027 | 1.00 | 0.99 |

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırma ile doping kullanımındaki ahlaktan uzaklaşma mekanizmalarını belirlemeye yönelik olarak Kavussanu ve arkadaşları (2016) tarafından geliştirilen Dopingte Ahlaktan Uzaklaşma (Moral Disengagement in Doping-MDDS) isimli ölçeğin Türk kültürüne uyarlanması hedeflenmiştir. Orijinal ölçekteki tek faktörlü model DFA ile test edilmiş; uyum indeksleri ve güvenilirlik katsayıları hesaplanmıştır. Ayrıca sporcuların hangi mekanizmaları en çok benimsediği tanımlayıcı istatistiklerle belirlenmiştir.

Dopingte ahlaktan uzaklaşma ortalama puanlarına bakıldığında ahlaki gerekçe hariç diğer mekanizma ortalamalarının 2'nin üzerinde olduğu; sporcuların en çok örtmeceli sınıflandırma (2.83±2.25) ve sorumluluğun dağılıması (2.65±2.03) mekanizmasını en az ise ahlaki gerekçe

(1.69±1.43) mekanizmasını benimsedikleri görülmektedir. Standart sapmanın yüksek olması grubun heterojen olduğunu ve ölçme aracının güvenilir ve ayırt edici özelliğinin yüksek olduğunu göstermektedir ve ayrıca standart sapmanın yüksekliği bireysel farklılıklar nedeniyle ortaya çıkabilmektedir (Alpar, 2010). Kavussanu ve arkadaşları (2016) iki farklı çalışma grubundan topladıkları verilerden elde ettikleri sonuçlara göre, sporcuların en az ahlaki gerekçe mekanizmasını kullandıklarını, en çok ise örtmeceli sınıflandırma ve avantajlı karşılaştırma mekanizmalarını kullandıklarını belirtmişlerdir. Bu sonuca bakarak sporcuların dopingi aslında yasak bir madde olarak değil, performanslarını arttırmanın bir yolu olarak gördükleri ve onun kötü anlamını bir örtmece ile göz ardı ettikleri yorumu yapılabilir. Ayrıca dopingin takımlarına yardımcı olma amacıyla kullanılması mekanizmasının araştırmaya katılan grup tarafından çokça benimsenmediği görülmektedir. Bu durum dopingin takım performansına katkıdan ziyade bireysel performansa katkı sağlamak için yapıldığı düşüncesini akla getirmektedir.

Ölçeğin dilsel eşdeğerliği incelemek için 0.86 olarak hesaplanan Spearman korelasyon katsayısı dilsel eşdeğerliliğin sağlandığı şeklinde yorumlanmıştır. Altı maddelik tek faktörlü bir yapıya sahip olan ölçek altı farklı dopingte ahlaktan uzaklaşma mekanizmasını içermekte ve faktör yük değerleri 0.51 ile 0.72 arasında değişmektedir. Ölçeğin Cronbach's Alpha güvenilirlik katsayısı 0.78 olarak bulunmuştur. Alpar (2010), Cronbach's Alpha katsayısı 0.80-1.00 arasında ise ölçeğin yüksek güvenilirliğe sahip olduğunu; 0.60-0.79 arasında oldukça güvenilir olduğunu belirtmiştir. Buna göre ölçeğin oldukça güvenilir olduğu söylenebilir.

Bu çalışmada ölçeğin yapı geçerliğine kanıt sunmak için yakınsak ve eş zamanlı geçerlik hesaplanmıştır. Yakınsak geçerlik için hesaplanan Spearman korelasyon değeri .43, eş zamanlı geçerlik için farklı ölçeklerin eş zamanlı olarak uygulanması ile hesaplanan Spearman korelasyon değerleri 0.31, 0.27 ve 0.33 olarak bulunmuştur. Cohen, (1992), 0.15, 0.30 ve 0.50 sayılarının sırasıyla küçük, orta ve büyük etki büyüklükleri olarak değerlendirildiğini belirtmiştir. Bu pozitif anlamlı ilişkilere bakılarak Dopingte Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği'nin yakınsak ve eş zaman geçerliği kriterlerini karşıladığı söylenebilir. Ölçeğin yapı geçerliği ayrıca DFA ile sınanmıştır. DFA sonucunda elde edilen uyum indeksi değerleri ile modelin doğrulanıp doğrulanmadığı değerlendirilmiştir. Ki-kare/sd değeri 2'den küçük olduğunda modelin mükemmel uyum gösterdiği belirtilmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2007). RMSEA değerlerinin 0.05'ten küçük olması durumunda model uygunluğunun mükemmel olduğu belirtilmektedir (Sümer, 2000, Jöreskog ve Sörbom, 1993). NNFI, CFI, GFI ve AGFI değerlerinin 0.95 üzerinde olması durumunda ise modelin yine mükemmel uygunluğa sahip olduğu ifade edilmektedir (Sümer, 2000). SRMR değeri 0 ile 1 arasında değişkenlik göstermekte ve değer 0.05'den küçük olması, verilerin modele mükemmel uyumunu göstermektedir (Brown, 2006). Uyum indeksi değerlerine bakıldığında (Ki-kare/sd=1.44; GFI= 0.99; AGFI= 0.96; CFI= 1.00; NNFI= 0.99; RMSEA= 0.041; SRMR= 0.027) MDDS ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması için toplanan verinin özgün modelin tek faktörlü yapısına bütün parametrelerde mükemmel uyum gösterdiği görülmektedir.

Sonuç olarak, Dopingte Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği Türkçe versiyonuna ait verilere bakıldığında ölçeğin güvenilirliğinin oldukça yüksek olduğu, yakınsak ve eş zaman geçerliğine ait parametrelerin kabul edilebilir seviyelerde olduğu, DFA sonucu elde edilen uyum indekslerinin mükemmel uyum gösterdiği söylenebilir. Ölçek, Bandura (1991) tarafından tanımlanan 6 ahlaktan uzaklaşma mekanizmasını ölçebilmektedir. Buna göre, spor ortamındaki doping kullanımına ait ahlaktan uzaklaşma mekanizmalarını belirlemek isteyen Türkiye'deki araştırmacılar için bu ölçeğin kullanılabilmesi düşünülmektedir. Gelecek

araştırmalarda bu ölçek kullanılarak dopingte ahlaktan uzaklaşma mekanizmaları ile farklı davranış ve tutumlar arasındaki ilişkilerin incelenmesi uygun olacaktır.

KAYNAKLAR

- Alaranta, A., Holmila, J., Palmu, P., Pietilä, K., Helenius, I. (2006). Self-reported attitudes of elite athletes towards doping: differences between type of sport. *International Journal of Sports Medicine*, 27, 842e846.
- Alpar, R. (2010). Spor, Sağlık ve Eğitim Bilimlerinde Örneklerle Uygulamalı İstatistik ve Geçerlik-Güvenirlik, Detay Yayıncılık, Ankara.
- Balçıkanlı, G. S. (2013). The Turkish adaptation of the Prosocial and Antisocial Behavior in Sport Scale (PABSS). *International Journal of Humanities and Social Science*, 3(18), 271-276.
- Bandura, A. (1991). Social cognitive theory of moral thought and action. In W. M. Kurtines, J. L. Gewirtz (Eds.), *Handbook of moral behavior and development* (Vol. 1, pp. 45-103). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Bandura, A., Barbaranelli, C., Caprara, G. V., Pastorelli, C. (1996). Mechanisms of moral disengagement in the exercise of moral agency. *Journal of personality and social psychology*, 71(2), 364.
- Boardley, I. D., Grix, J. (2014). Doping in bodybuilders: A qualitative investigation of facilitative psychosocial processes. *Qualitative research in sport, exercise and health*, 6(3), 422-439.
- Boardley, I. D., Grix, J., Dewar, A. J. (2014). Moral disengagement and associated processes in performance-enhancing drug use: a national qualitative investigation. *Journal of sports sciences*, 32(9), 836-844.
- Boardley, I. D., Grix, J., Harkin, J. (2015). Doping in team and individual sports: a qualitative investigation of moral disengagement and associated processes. *Qualitative research in sport, exercise and health*, 7(5), 698-717.
- Boardley, I., Smith, A. L., Mills, J. P., Grix, J., Wynne, C., Wilkins, L. (2017). Development of Moral Disengagement and Self-Regulatory Efficacy Assessments Relevant to Doping in Sport and Exercise. Retrieved from osf.io/preprints/sportrxiv/y8v4q
- Boardley, I. D., Kavussanu, M. (2007). Development and validation of the moral disengagement in sport scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 29(5), 608-628.
- Boardley, I. D., Kavussanu, M. (2008). The moral disengagement in sport scale—short. *Journal of Sports Sciences*, 26(14), 1507-1517.
- Brown, T. A. (2006). *Confirmatory factor analysis for applied research*. Guilford Press.
- Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Bulletin*, 112, 155-159.
- De Hon, O., Kuipers, H., Van Bottenburg, M. (2015). Prevalence of doping use in elite sports: a review of numbers and methods. *Sports Medicine*, 45(1), 57-69.
- DeVellis, R. F. (2003). *Scale development: Theory and application* (2nd edn.). London: Sage.
- Donovan, R. J., Egger, G., Kapernick, V., Mendoza, J. (2002). A conceptual framework for achieving performance enhancing drug compliance in sport. *Sports Medicine*, 32 (4), 269- 284.
- Gürpınar, B. (2014). Adaptation of the Attitudes to Moral Decision-Making in Youth Sport Questionnaire into Turkish Culture: A Validity and Reliability Study in a Turkish Sample. *Eğitim ve Bilim*, 39(176).
- Gürpınar B. (2015). Sporda ahlaktan uzaklaşma ölçeği kısa formunun Türk kültürüne uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Spormetre*, 13(1), 57-64.

Gradidge, P., Coopoo, Y., Constantinou, D. (2011). Prevalence of performance-enhancing substance use by Johannesburg male adolescents involved in competitive high school sports. *Archives of Exercise in Health and Disease*, 2(2), 114-119.

Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E., Tatham, R. L. (2013). *Multivariate Data Analysis*: Pearson Education Limited.

Jöreskog, K. G., Sörbom, D. (1993). *LISREL 8: Structural equation modeling with the SIMPLIS command language*. Scientific Software International.

Kavussanu, M., Boardley, I. D. (2009). The prosocial and antisocial behavior in sport scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 31(1), 97-117.

Kavussanu, M., Hatzigeorgiadis, A., Elbe, A. M., Ring, C. (2016). The moral disengagement in doping scale. *Psychology of Sport and Exercise*, 24, 188-198.

Kline, R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling*. Guilford publications.

Lee, M. J., Whitehead, J., Ntoumanis, N. (2007). Development of the attitudes to moral decision-making in youth sport questionnaire (AMDYSQ). *Psychology of Sport and Exercise*, 8(3), 369-392.

Lucidi, F., Zelli, A., Mallia, L., Grano, C., Russo, P. M., Violani, C. (2008). The social-cognitive mechanisms regulating adolescents' use of doping substances. *Journal of sports sciences*, 26(5), 447-456.

Mallia, L., Lazuras, L., Barkoukis, V., Brand, R., Baumgarten, F., Tsorbatzoudis, H., Zelli, A., Lucidi, F. (2016). Doping use in sport teams: The development and validation of measures of team-based efficacy beliefs and moral disengagement from a cross-national perspective. *Psychology of Sport and Exercise*, 25, 78-88.

Ntoumanis, N., Barkoukis, V., Gucciardi, D. F., Chan, D. K. C. (2017). Linking coach interpersonal style with athlete doping intentions and doping use: A prospective study. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 39(3), 188-198.

Ntoumanis, N., Ng, J. Y., Barkoukis, V., Backhouse, S. (2014). Personal and psychosocial predictors of doping use in physical activity settings: a meta-analysis. *Sports Medicine*, 44(11), 1603-1624.

Petroczi, A., Aidman, E. (2008). Psychological drivers in doping: the life-cycle model of performance enhancement. *Substance Abuse Treatment, Prevention, and Policy*, 3(7).

Petróczi, A., Strauss, B. (2015). Understanding the psychology behind performance-enhancement by doping. *Psychology of Sport and Exercise*, 16, 137-139.

Sümer, N. (2000). Yapısal eşitlik modelleri: Temel kavramlar ve örnek uygulamalar. *Türk Psikoloji Yazıları*, 3(6), 49-74.

Tabachnick B. G., Fidel, L. S. (2007). *Using Multivariate Statistics*. (Fifth Edition). MA: Allyn and Bacon.

TDK Yazın Terimleri Sözlüğü (2019). Erişim Tarihi: 11/07/2019.

World Anti-Doping Agency-WADA. (2019). 2019 List of Prohibited Substances and Methods. Montreal, Canada. <https://www.wada-ama.org/en/content/what-is-prohibited> Erişim Tarihi: 11/07/2019.

Zabala, M., Morente-Sánchez, J., Mateo-March, M., Sanabria, D. (2016). Relationship between self-reported doping behavior and psychosocial factors in adult amateur cyclists. *The Sport Psychologist*, 30(1), 68-75.

Bahri GÜRPINAR – Orcid ID: 0000-0002-5106-5088
Mert NALBANT – Orcid ID: 0000-0002-8409-730x
Maria KAVUSSANU – Orcid ID: 0000-0003-1748-5262

Geliş Tarihi (Received): 06.03.2019
Kabul Tarihi (Accepted): 20.10.2019
SPORMETRE, 2019,17(4),91-104
DOI: 10.33689/spormetre.536451

SPORCULARDA AHLAKTAN UZAKLAŞMANIN GÜDÜSEL İKLİM VE SPORCULARIN ÖNEM VERDİKLERİ ÖZELLİKLER İLE İLİŞKİSİ*

İhsan SARI¹, Gamze DERYAHANOĞLU²

¹Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Sakarya

²Hitit Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum

Öz: Bu araştırmanın amacı, sporcuların ahlaktan uzaklaşmaları ile algıladıkları güdüsel iklim arasındaki ilişkiyi belirlemek ve sporcuların ahlaktan uzaklaşmalarının önem verdikleri özelliklere göre (kazanma, kişisel gelişim ve eğlence) farklılık gösterip göstermediğini ortaya koymaktır. Üç yüz otuz beş sporcu gönüllü olarak “Sporda Algılanan Motivasyonel İklim Ölçeği” ve “Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği” kısa formunu doldurmuşlardır. Elde edilen veriler, tanımlayıcı istatistikler, Pearson korelasyon analizi, çoklu regresyon analizi (enter metodu) ve tek yönlü ANOVA kullanılarak SPSS 17.0 programı ile analiz edilmiştir. Korelasyon analizi sonucuna göre ahlaktan uzaklaşmanın algılanan ustalık iklimi ($r = -.11$) ve performans iklimi ($r = .37$) ile anlamlı şekilde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Çoklu regresyon analizi sonucuna göre, performans iklimi ($\beta = .223$, $p < .001$) ahlaktan uzaklaşmanın anlamlı bir belirleyicisidir [$R^2 = .06$, $F(2,332) = 10.875$, $p < .001$]. Son olarak sporcuların önem verdikleri özelliklere göre ahlaktan uzaklaşma puanlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir [$F(2,332) = 7.200$, $p < .001$]. En önem verdikleri özellik olarak “kazanmayı” belirten sporcuların ahlaktan uzaklaşma puanlarının, en önem verdikleri özelliğin “kişisel gelişim” ve “eğlenme” olan sporculara göre anlamlı derecede yüksek olduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak performans ve ustalık ikliminin ahlaktan uzaklaşma ile anlamlı derecede ilişkili olduğu belirlenirken, yalnızca performans ikliminin ahlaktan uzaklaşmaya anlamlı katkı sağladığı tespit edilmiştir. Ayrıca sporcuların ahlaktan uzaklaşmalarının en çok önem verdikleri özelliklere göre anlamlı ölçüde farklılık gösterdiği bulunmuştur.

Anahtar kelimeler: Sporda ahlaktan uzaklaşma, ustalık iklimi, performans iklimi, hedef.

THE RELATIONSHIP OF ATHLETES' MORAL DISENGAGEMENT TO PERCEIVED MOTIVATIONAL CLIMATE AND VALUED GOALS

Abstract: The aim of this research was to investigate the relationship between athletes' moral disengagement and their perception of motivational climate and to reveal whether athletes' moral disengagement differ according to their most valued goals in sport (winning, personal development and having fun). For this purpose, three hundred and thirty-five athletes voluntarily completed Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire and Moral Disengagement in Sport Scale (Short). The data was analysed by SPSS version 17 using descriptive statistics, Pearson's correlation analysis, multiple regression analysis with enter method and one-way ANOVA. Correlation analysis showed that moral disengagement was significantly correlated with athletes' perception of mastery ($r = -.11$) and performance climates ($r = .37$). Multiple regression analysis revealed that performance climate ($\beta = .223$, $p < .001$) was a significant predictor of moral disengagement, $R^2 = .06$, $F(2,332) = 10.875$, $p < .001$. Lastly, it was found that there was a significant difference in moral disengagement of athletes with regard to their valued goals, $F(2,332) = 7.200$, $p < .001$. Athletes who indicated winning as their most valued goal had significantly higher moral disengagement scores compared to the athletes whose most valued goals were personal development and having fun. To summarize, while ego and mastery climates significantly correlated with moral disengagement, only performance climate contributed to it. Also, it was found that athletes' moral disengagement significantly differed according to their valued goals.

Keywords: Moral disengagement in sport, mastery climate, performance climate, goal.

**Bu araştırma 10-14 Temmuz 2017 tarihlerinde İspanya'nın Sevilla şehrinde düzenlenen 14. Dünya Spor Psikolojisi Kongresi'nde sözel bildiri olarak sunulmuştur.*

GİRİŞ

Sporcuların davranışlarını etkileyen birçok unsur bulunmaktadır. Spor psikolojisi alan yazını incelendiğinde aile (Çağlar, Aşçı ve Uygurtaş, 2017; Kolayış, Sarı ve Çelik, 2017), akran grubu (McLare, Newland, Eys, ve Newton 2017), takımdaki destek ekibi (Ntoumanis ve ark., 2018) ve antrenörlerin (Appleton ve Duda., 2016; Sarı ve Bayazıt, 2017; Sarı, 2019) sporcuları etkileyen önemli unsurlardan olduğu ifade edilmektedir. Günümüzdeki spor ortamı değerlendirildiğinde başarı için yoğun antrenmanların yapıldığı ve sportif performansın en üst düzeye çıkarılmaya çalışıldığı görülmektedir. Bu antrenmanlar boyunca, öncesinde ve sonrasında sporcuların en çok etkileşim kurduğu kişilerin başında antrenörler gelmektedir. Bu nedenle, sporcuların davranışlarını etkileyen önemli sosyal unsurlardan birisi olarak antrenörlerin bu alandaki araştırmalar kapsamında incelenmesi gerekmektedir (Bartholomew, Ntoumanis ve Thøgersen-Ntoumani, 2009; Smith ve ark., 2010). Antrenörler sporcuların davranışlarına yön verebilecek bir konumdadır. Antrenörlerin sporcuları ile iletişime geçme şekli, takımdaki benimsedikleri liderlik stili ve takımdaki sorumluluklarını yerine getirirken kullandıkları yöntemler sporcuların davranışlarını etkileyebilir. Bu nedenle, alan yazındaki araştırmalar antrenörlerin sporcular için en uygun şekilde davranarak ideal bir sosyal ortam oluşturulması gerektiğini ifade etmektedir (Sarı, 2015; Eskiyecek, Bayazıt ve Sarı, 2015). Antrenörlerin sporcular üzerindeki etkisi birçok konu başlığı altında incelenmiştir. Bunlardan birisi Başarı Hedefi Kuramı'nda açıklanan antrenörlerin takımda oluşturdukları güdüsel iklimdir.

Nicholls (1984) tarafından geliştirilen Başarı Hedefi Kuramı bireylerin davranışlarını açıklamak için geliştirilmiş bir kuramdır. Bu kurama göre sporcular onları çevreleyen güdüsel iklimden etkilenirler (Nicholls, 1984). Güdüsel iklim; sporcuların hedefleri, algıladıkları becerileri ve sporcuların spora katılımı gibi sporcuların psikolojik ve davranışsal tepkilerini etkileyen çevresel durumu ifade etmektedir (Xiang ve Cuningham, 2005). Bu kurama göre ustalık ve performans iklimi olarak adlandırılan iki tür güdüsel iklim bulunmaktadır. Ustalık ikliminde; sporcular yeni beceriler öğrenmeye, sahip olunan becerileri geliştirmeye ve bu becerilerde ustalaşmaya, yaptıkları hataları düzeltmeye ve her zaman daha çok çabalamaya teşvik edilir. Performans ikliminde ise antrenör sporcularının beceri gelişiminden çok birinci olmalarını ve yıldız oyuncu olmalarını vurgularken, sosyal karşılaştırma ve rekabet ortamını da ön plana çıkartarak diğerlerinden üstün olmanın altını çizer (Ames, 1992; Ntoumanis ve Biddle, 1999; Newton ve Duda, 1999).

Alan yazın incelendiğinde performans ikliminin sporcular üzerinde olumsuz sonuçları olduğu görülmektedir. Örneğin, sporcuların algıladıkları performans ikliminin sporcularda ahlaki ve sportmen davranış (Gutierrez ve Ruiz 2009; Miller, Roberts ve Ommundsen, 2005), zihinsel dayanıklılık (Nicholls, Morley ve Perry, 2016), sporcu tatmini (Bekiari ve Sympas, 2015) ve görev birlikteliği (Boyd ve ark., 2014) gibi sporcular için olumlu olan unsurları olumsuz yönde etkilediği belirlenmiştir. Öte yandan performans ikliminin anti sosyal davranışlar (Boardley ve Kavussanu, 2009), özerk olmayan güdülenme türü olarak kontrollü güdülenme (Ruiz, Haapanen, Tolvanen, Robazza ve Duda, 2017), kaygı (O'Rourke, Smith, Smoll ve Cumming, 2014) ve tükenmişlik (Vitali, Bortoli, Bertinato, Robazza ve Schena, 2015) gibi olumsuz unsurları arttırabileceği ifade edilmektedir. Spor alanında gerçekleştirilen araştırmalar, ustalık ikliminin performans iklimine göre sporcular için daha olumlu sonuçları olduğunu ortaya koymaktadır. Örneğin, sporcuların algıladıkları yüksek ustalık ikliminin sportmen davranışlar (Gutierrez ve Ruiz 2009), sosyal çevreye saygı (Stornes ve Ommundsen 2004), yapılan spora saygı (Gano-Overway, Guivernau, Magyar, Waldron ve Ewing, 2005), sporcu bağlılığı (Curran, Hill, Hall ve Jowett, 2015), eğlence (Jaakkola, Wang,

Soini ve Liukkonen, 2015), özerk güdülenme (Ruiz ve ark., 2017), optimal performans duygu durumu (Çağlar ve ark., 2017; Keleş, Aşçı ve Altıntaş, 2010) ve prososyal davranışlar (Broadley ve Kavussanu, 2009) gibi olumlu unsurları desteklediği belirtilmektedir. Bunun aksine ustalık ikliminin sporcular tarafından düşük olarak algılanmasının, sporcuların sporu daha agresif bir şekilde sergilemesine yol açabileceği (Boixados, Cruz, Torregrosa ve Valiente, 2004) ve doping kullanımını artırabileceği (Allen, Taylor, Dimeo, Dixon ve Robinson, 2015) ifade edilmektedir. Bu açıklamalar doğrultusunda, güncel araştırmalara göre performans ikliminin daha olumsuz sonuçları olabileceği ustalık ikliminin ise sporcular için daha faydalı olabileceği sonucuna varılabilir.

Bu araştırma kapsamında antrenör kaynaklı güdüsel iklim ile ilişkisini inceleyeceğimiz kavram, ahlaktan uzaklaşmadır. Bandura'nın öne sürdüğü (1986, 1991) Sosyal Bilişsel Kuram ahlaki davranışların düzenlenmesinden bahsetmektedir. Bireyler, toplum içindeki bireyleri gözleme, onların davranışlarını onaylama ya da onaylamama gibi etkileşimleri sonucunda birçok ahlaki standart geliştirirler. Kendisi tarafından geliştirilen bu standartlara aykırı davranan kişi kendisini kötü hissederken, bu standartlara uyumlu davrandığında kişi kendisini daha iyi hisseder. Bu nedenle bireyler kendilerini daha iyi hissettiren davranışları yaparken, kendilerini daha kötü hissettirecek davranışlardan kaçınırlar (Bandura, 1991). Bu düşünceler bireylerin kendi ahlaki standartlarına bağlı kalmalarını sağlamaktadır. Fakat bireyler kendilerinin geliştirdiği bu ahlaki standartlara bağlı kalmayıp, ahlaktan uzaklaşma gösterebilirler. “Ahlaktan uzaklaşma mekanizmaları” olarak isimlendirilen sekiz psikososyal manevranın seçilerek kullanılması, bireylerin olumsuz etkiler yaşamadan ahlaki standartlara aykırı davranmasına dayanak oluşturmaktadır. Böylece kişiler gelecekte yapacakları olumsuz davranışlarla ilgili üzerlerindeki baskıyı azaltmaktadırlar (Gürpınar, 2015). Ahlakten uzaklaşma içerisinde ifade edilen bu sekiz bilişsel mekanizmada bireyler zihinlerindeki olumsuz davranış ve bu davranışın sonuçlarını değiştirir, bu davranışın başkasına vereceği zararı minimize eder, davranışın zararlı sonuçlarını görmezden gelir veya saptırır. Bununla birlikte olumsuz davranışından etkilenen kişiyi şahsiyetsizleştirip onu suçlayabilir (Bandura, 1991). Ahlakten uzaklaşma içerisinde açıklanan sekiz mekanizmayı kullanan birey kendisinin oluşturduğu ahlaki standartlardan uzaklaşır (Kavussanu, 2016). Bandura tarafından ortaya atılan ahlaktan uzaklaşma ile ilgili ölçme araçlarının spor alanında da geliştirilmesi ile birlikte bu konu sporcular üzerinde de araştırılmaya başlanmıştır (Boardley ve Kavussanu, 2007).

Ahlaktan uzaklaşmayla birlikte, bireylerde birçok olumsuz durum ortaya çıkabilir. Yapılan araştırmalar ahlaktan uzaklaşmanın doping maddeleri kullanım niyeti (Lucidi, Grano, Leone, Lombardo ve Pesce, 2004), dopinge karşı olumlu tutum (Hodge ve ark., 2013), sporda kuralları ihlal etme (Tsai ve ark., 2014), rakibe ve takım arkadaşlarına antisosyal davranışlar gösterme (Hodge ve Gucciardi, 2015; Jones, Woodman, Barlow ve Roberts, 2017) ve saldırganlık (Albouza ve ark., 2017) gibi birçok unsuru etkileyebileceğini göstermektedir. Bu nedenle sporcuları etkileyebilecek önemli bir unsur olan ahlaktan uzaklaşmanın incelenmesi ve ahlaktan uzaklaşmanın öncülleri üzerine araştırmalar yapılması gerektiği söylenebilir.

Ahlaktan uzaklaşma konusu ile ilgili alan yazın incelendiğinde, bu araştırmaların Fransa (Corrion, Long, Smith ve d'Arripe-Longueville, 2009), İtalya (Passini, 2012), İngiltere (Boardley ve Kavussanu, 2010), Amerika (Shields, Funk ve Bredemeier, 2015), Birleşik Krallık (Jones ve ark., 2017), Avustralya (Jones ve ark., 2017), Yeni Zelanda (Hodge, Hargreaves, Gerrard ve Lonsdale, 2013) ve Litvanya (Šukys ve Jansonienė, 2012) gibi ülkelerde yapıldığı görülmektedir. Her ne kadar Türkiye'deki sporcu örnekleme ahlaki karar alma (Gürpınar, 2016), sportmenlik yönelimi (Gürpınar ve Kurşun, 2013) ve prososyal davranışlar (Sezen-Balçıkınlı ve Yıldırım, 2018) gibi benzer konularda yapılmış güncel

çalışmalar bulunsa da ahlaktan uzaklaşma konusunda sınırlı sayıda araştırma bulunduğu görülmektedir. Gürpınar (2015) Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği'ni Türkçe'ye uyarlamıştır. Aynı ölçeğin daha öncesinde Çalışkan (2013a) tarafından da Türkçe'ye uyarlandığı ve başka bir çalışmada da sporcu örnekleme kullanıldığı görülmektedir (Çalışkan, 2013b). Ayrıca, amatör lig futbolcularında sporda ahlaktan uzaklaşma, güdusel iklim ve karar vermenin birlikte ele alındığı (Türksoy-Işım, Güvendi ve Toros, 2019) ve antrenörün etik dışı davranışlarının sporcuların ahlaktan uzaklaşmaları ile ilişkisinin incelendiği araştırmalar da bulunmaktadır (Güvendi ve Türksoy-Işım (2019).

Yukarıda ifade edilen araştırmalar dışında yazarların bilgisi dahilinde Türkiye'deki sporcular ile ahlaktan uzaklaşma konusunda yapılmış bir araştırma bulunmamaktadır. Bu bağlamda bu araştırmanın amacı, antrenörden algılanan güdusel iklimin sporcuların ahlaktan uzaklaşması ile ilişkisini incelemekle birlikte sporcuların önem verdiği özelliklere göre ahlaktan uzaklaşmalarının anlamlı olarak farklılaşp farklılaşmadığını belirlemektir. Bununla birlikte bu araştırmanın hipotezleri aşağıdaki gibidir:

- H1. Sporcuların en çok önem verdikleri özelliğe göre ahlaktan uzaklaşma puanları anlamlı olarak farklılık göstermektedir.
- H2. Antrenörden algılanan performans iklimi ile sporcuların ahlaktan uzaklaşmaları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır.
- H3. Antrenörden algılanan ustalık iklimi ile sporcuların ahlaktan uzaklaşmaları arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki vardır.
- H4. Antrenörden algılanan performans iklimi sporcuların ahlaktan uzaklaşmasını anlamlı olarak açıklamaktadır.
- H5. Antrenörden algılanan ustalık iklimi sporcuların ahlaktan uzaklaşmasını anlamlı olarak açıklamaktadır.

YÖNTEM

Katılımcılar

Araştırmaya 233 erkek ($X_{Yaş}:19.99\pm5.31$; $X_{deneyim}:8.25\pm5.08$) ve 105 kadın ($X_{Yaş}: 17.63\pm4.47$; $X_{deneyim}:5.35\pm4.41$) olmak üzere toplam 335 kişi ($X_{Yaş}:19.25\pm5.17$; $X_{deneyim}:7.34 \pm5.06$) gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada kullanılan güdusel iklim ölçeği takım sporcularına yönelik geliştirildiği için katılımcılar; basketbol, futbol, hentbol ve voleybol sporlarından belirlenmiştir. 325 (%97) kişi milli takımda oynamadığını belirtirken, 10 (%3) sporcu daha önce milli takımda yer aldığını ifade etmiştir. Eğitim durumları incelendiğinde 1 kişi (%0.3) ilkökul, 75 kişi (%22.4) ortaokul, 111 kişi (%33.1) lise, 142 kişi (%42.4) lisans ve 6 kişi (%1.8) lisansüstü düzeyde eğitim aldığını ifade etmiştir. “Yaptığımız sporda en çok neye önem verirsiniz?” sorusuna ise 110 kişi (%32.8) kazanmak, 153 (%45.7) kişi gelişmek ve 72 kişi (%21.5) ise eğlenmek- zevk almak olarak cevap vermişlerdir.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu: Katılımcıların kişisel bilgilerini belirlemeye yönelik sorulardan oluşmaktadır. Bu bölümdeki sorular; yaş, cinsiyet, spor deneyim süresi, spor branşı, eğitim durumu gibi sorulardır. Ayrıca katılımcılara “yaptığımız sporda en çok neye önem verirsiniz?” sorusu sorulmuştur. Bu sorunun cevabı olarak üç seçenek sunulmuş ve birisini seçmeleri istenmiştir. Cevap seçenekleri: “Kazanmak”, “gelişmek” ve “eğlenmek-zevk almak.”

Sporda Algılanan Motivasyonel İklim Ölçeği (Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire- PMCSQ): Bu ölçek; Walling, Duda ve Chi (1993) tarafından geliştirilmiştir.

Ölçeğin Türk sporcuları için uyarlaması ise Toros (2001) tarafından yapılmıştır. Ölçekte performans iklimi (Örnek madde: Bu takımda oyuncular, hata yapmaktan korkarlar) ve ustalık iklimi (Örnek madde: Bu takımda oyuncular eksik yönleri üzerine çalışmak için teşvik edilirler) olmak üzere iki alt boyut bulunmaktadır. Ölçek; 9’u performans, 12’si ustalık iklimi olmak üzere toplam 21 maddeden oluşmuştur. Ölçeği yanıtlayanlar her bir maddeye katılımlarını beşli Likert değerlendirme sistemine göre değerlendirirler (1=Kesinlikle katılmıyorum, 5=Kesinlikle katılıyorum).

Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği Kısa Formu (Moral Disengagement in Sport Scale-Short-MDSS-S): Bu ölçek Boardley ve Kavussanu (2008) tarafından geliştirilmiştir. Türk sporcular için uyarlaması ise Gürpınar (2015) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu ölçek sporcuların ahlaktan uzaklaşma durumlarını ölçmek üzere geliştirilmiştir. Ölçekte yer alan ifadeler 7’li değerlendirme sistemine göre değerlendirilir (1=Hiç katılmıyorum, 7=Tamamen katılıyorum). Ölçek toplam 8 maddelik tek faktörden oluşmaktadır (Örnek madde: Kötü bir davranışa maruz kalmış sporcular genellikle bunu hak edecek bir şey yapmışlardır). Ölçek, sporda ahlaktan uzaklaşma tutumlarını ölçmeye yöneliktir ve tüm ifadeler olumsuz olarak hazırlanmıştır. Bu nedenle elde edilen yüksek puanlar, sporcuların daha çok ahlaktan uzaklaştıkları anlamına gelmektedir.

Verilerin Analizi

Verilerin normal dağılım gösterip göstermediği basıklık ve çarpıklık değerleri ile incelenmiştir. Basıklık ve çarpıklık değerlerinin -1 ve +1 arasında olması durumunda verilerin normal dağıldığı ve parametrik testlerin yapılabileceği belirtilmiştir (Savaş ve Can, 2011; Huck, 2012 akt. Örün, Orhan, Dönmez ve Kurt, 2015). Bu çalışmada elde edilen veri seti incelendiğinde basıklık ve çarpıklık değerlerinin -1 ve +1 değerleri arasında olduğu ve normal dağılım gösterdiği görülmektedir. Bu nedenle, bu çalışmada yapılacak analizlerde parametrik testler uygulanmıştır. Veriler SPSS 17 programı ile analiz edilmiş ve anlamlılık düzeyi .05 olarak belirlenmiştir. Analizlerde tanımlayıcı istatistikler, Pearson korelasyon analizi, ANOVA analizi ve çoklu regresyon analizi (enter metodu) kullanılmıştır. ANOVA analizinde anlamlı farkın nereden kaynaklandığını belirlemek amacı ile Tukey post-hoc analizi kullanılmıştır.

Analizlerden önce regresyon analizi için örneklem sayısının yeterliği incelenmiştir. Tabachnick ve Fidell (2007) $N > 50 + 8m$ (m =bağımsız değişken sayısını belirtmektedir) formülü ile örneklem sayısının hesaplanabileceğini belirtmiştir. Bu formüle göre hesaplama yapıldığında bu çalışmadaki örneklem sayısının yeterli olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca, regresyon analizinde bağımsız değişkenler arasında çoklu bağlantı sorunu olup olmadığı da test edilmiştir. Regresyon analizinde bağımsız değişkenler arasında güçlü ilişkilerin olması durumu, bağlantı (collinearity) veya çoklu doğrusal bağlantı (multicollinearity) olarak isimlendirilmekte ve böyle bir durum regresyon analizinde istenmemektedir. Bu durum iki bağımsız değişken arasındaki korelasyon katsayısının .90’dan büyük olduğu durumda ortaya çıkmaktadır (Pallant, 2007; Tabachnick ve Fidell, 1996). Bağımsız değişkenler arasındaki korelasyon katsayısının -.158 olduğu belirlenmiştir. Bu nedenle çoklu bağlantı sorununun olmadığı sonucuna varılmıştır. Çoklu bağlantı sorunu olup olmadığı ayrıca Varyans şişme faktörü (variance inflation factor, VIF) ve tolerans değerleri ile de tespit edilebilmektedir. Tolerans değeri .10’den büyük ise ve VIF değeri 10’den küçük ise çoklu bağlantı olmadığına göstergesidir (Pallant, 2007). Tablo 2’deki tolerans ve VIF değerleri de çoklu bağlantı olmadığını göstermektedir.

Veride bulunan aykırı değerler regresyon analizi yapılmadan önce kontrol edilmiştir. Pallant (2007) standart z katsayıları -3 ile +3 aralığında olmayan değerlerin aykırı değer olduğunu belirtmiştir. Bu çalışmada elde edilen veri setinde bir adet değer bu referans değerler arasında olmadığı belirlenerek analizler öncesinde veri setinden çıkarılmıştır. Böylece veride aykırı değer olmaması sağlanmıştır. Örneklem grubunda ifade edilen katılımcı sayısı bu veri çıkarıldıktan sonra analize alınan toplam katılımcı sayısını belirtmektedir.

BULGULAR

Tablo 1. Güdüsel iklim ve ahlaktan uzaklaşmaya yönelik tanımlayıcı istatistikler

| Değişkenler | N | Min | Max. | Ortalama | Ss | Basıklık | Çarpıklık |
|--------------------|-----|------|------|----------|---------|----------|-----------|
| Ustalık İklimi | 335 | 1.67 | 5.00 | 3.8730 | .62177 | 0.59 | 0.67 |
| Performans İklimi | 335 | 1.17 | 4.67 | 3.1527 | .66402 | 0.27 | -0.31 |
| Ahlaktan Uzaklaşma | 335 | 1.00 | 6.00 | 3.4291 | 1.03554 | -0.48 | -0.02 |

Ortalama puanlar değerlendirildiğinde sporcuların algıladıkları ustalık ikliminin performans ikliminden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, ahlaktan uzaklaşma puanının ise orta bir değerde olduğu belirlenmiştir.

Tablo 2. Güdüsel iklim ve ahlaktan uzaklaşma puanının sporcuların sporda en çok önem verdikleri özelliğe göre değerlendirilmesi

| | | N | Ort. | Ss | F | p | Anlamlı Fark |
|--------------------|------------------------|-----|------|------|-------|-------|--------------|
| Ustalık İklimi | 1- Kazanmak | 110 | 3.80 | 0.59 | 1.156 | 0.31 | |
| | 2- Gelişmek | 153 | 3.90 | 0.62 | | | |
| | 3- Eğlenmek-Zevk Almak | 72 | 3.92 | 0.68 | | | |
| Performans İklimi | 1- Kazanmak | 110 | 3.16 | 0.64 | 3.932 | 0.02 | 2-3 |
| | 2- Gelişmek | 153 | 3.23 | 0.63 | | | |
| | 3- Eğlenmek-Zevk Almak | 72 | 2.97 | 0.74 | | | |
| Ahlaktan Uzaklaşma | 1- Kazanmak | 110 | 3.71 | 0.99 | 6.782 | 0.001 | 1-2 1-3 |
| | 2- Gelişmek | 153 | 3.33 | 1.04 | | | |
| | 3- Eğlenmek-Zevk Almak | 72 | 3.20 | 1.00 | | | |

Sporcuların sporda en çok önem verdikleri özelliğe göre yapılan ANOVA analizi sonuçlarına göre performans iklimi puanında anlamlı bir fark vardır $F(2, 332) = 3,932, p < .05$. Bu fark 2 ve 3 olarak numaralandırılan gruplar arasından kaynaklanmaktadır. Ayrıca üç grup arasında ahlaktan uzaklaşma puanlarında fark olup olmadığı incelendiğinde, anlamlı bir fark olduğu görülmektedir $F(2,332) = 6.782, p < .05$. Tukey Post-hoc analizlerine göre anlamlı fark, en önemli özelliği “kazanmak” olarak belirten grubun ahlaktan uzaklaşma puanının diğer iki gruptan yüksek olması nedeniyle kaynaklanmaktadır.

Tablo 3. Güdüsel iklim ve ahlaktan uzaklaşma arasındaki korelasyon analizi sonuçları

| | | Ustalık İklimi | Performans İklimi |
|--------------------|---|----------------|-------------------|
| Ahlaktan Uzaklaşma | r | -.100 | .223 |
| | p | .068 | .000 |

Person korelasyon analizi sonucuna göre ahlaktan uzaklaşma ile performans iklimi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r=.223$, $p<.000$). Ahlaktan uzaklaşma ile performans iklimi arasında ise anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($r=.068$, $p>.05$).

Tablo 4. Güdüsel iklimin ahlaktan uzaklaşmayı açıklamasına ilişkin regresyon analizi sonuçları

| | B | SH | Beta | t | p | Tolerans | VIF |
|-------------------|-------|------|-------|--------|------|----------|-------|
| Uсталık İklimi | -.110 | .090 | -.066 | -1.225 | .222 | .975 | 1.026 |
| Performans İklimi | .331 | .084 | .212 | 3.925 | .000 | .975 | 1.026 |

Bağımlı değişken: Ahlaktan uzaklaşma

Yapılan regresyon analizine göre güdüsel iklim ahlaktan uzaklaşmayı anlamlı olarak açıklamaktadır $F(2,332) = 9.452$, $p>.05$. Değerler incelendiğinde performans ikliminin ($\beta=.212$) ahlaktan uzaklaşmaya ait varyansın %5'ini açıkladığı belirlenmiştir (Düzeltilmiş $R^2=.054$).

TARTIŞMA

Bu araştırmanın birinci hipotezi, sporcuların ahlaktan uzaklaşmalarının sporcuların en çok önem verdikleri özelliklere göre (kazanma, kişisel gelişim ve eğlence) farklılık gösterip göstermediğinin belirlenmesiydi. Yapılan analizlere göre, sporcuların en çok önem verdiği özellikler dikkate alındığında ahlaktan uzaklaşma puanları anlamlı olarak farklılık göstermiştir. En çok önem verdikleri özellik olarak kazanmayı belirten sporcuların ahlaktan uzaklaşma puanı ile en çok önem verdikleri özelliği gelişmek ve eğlenmek olarak belirten sporcuların ahlaktan uzaklaşma puanları arasında anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir. Ortalamalar incelendiğinde, en çok kazanmaya önem veren sporcuların ahlaktan uzaklaşma puanının diğer sporculara göre (en çok kişisel gelişime veya eğlenmeye önem veren sporcular) anlamlı olarak yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Bu bulguyu destekler nitelikte Turksoy-Işım ve ark., (2019) çeşitli nedenlerle sporcularda yaratılan ya da sporcunun kişiliğinde var olan aşırı kazanma isteği ya da kazanma hırsının sporcunun sportif ahlaktan uzaklaşmasına etki edebileceğini belirtmektedir. Araştırmacılar ayrıca, sporcuların antrenörleri tarafından kazanmaya şartlandığında, sporcularda sportif erdem ve ahlaki davranışların görülme olasılığının azaldığını vurgulamaktadırlar (Turksoy-Işım, ve ark., 2019). Bu nedenle, sporcuların ahlaktan uzaklaşma puanlarının daha düşük olması için kazanmaya vurgu yapılması yerine, yaptıkları spordaki deneyimlerinden daha çok keyif almaları ve kişisel gelişim sağlamaları önemsenmelidir.

Yukarıdaki bulguya benzer şekilde, yapılan bu çalışmada performans iklimi ve ahlaktan uzaklaşma arasında anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca ahlaktan uzaklaşmanın ustalık iklimi ile ilişkisinin anlamlı olmadığı bulunmuştur. Performans iklimi ve ahlaktan uzaklaşma ilişkisine yönelik olan ikinci hipotez kabul edilirken, ahlaktan uzaklaşma ve ustalık iklimi ilişkisine yönelik olan üçüncü hipotez reddedilmiştir. Regresyon analizi sonuçları da korelasyon analizi sonuçları ile aynı yöndedir. Yapılan regresyon analizinin sonucuna göre, performans ikliminin negatif olarak anlamlı şekilde ahlaktan uzaklaşmayı yordadığı belirlenirken ustalık ikliminin regresyon modeline katkısının anlamsız olduğu görülmektedir. Yani dördüncü hipotez doğrulanmış beşinci hipotez ise doğrulanmamıştır. Korelasyon ve regresyon sonuçları birlikte değerlendirildiğinde antrenör

kaynaklı performans ikliminin sporcuların ahlaktan uzaklaşmasını anlamlı olarak artırabileceği ifade edilebilir. Yani antrenörün başında bulunduğu sporcuların becerilerini geliştirerek onların kişisel gelişimlerini sağlaması ve sporcuları bu yönde teşvik etmesi yerine birinci olmayı, kazanmayı ve yıldız oyuncu olmayı vurgulaması; sosyal karşılaştırma, rekabet ortamını ön plana çıkarma ve diğerlerinden üstün olmayı teşvik etme ile karakterize olan performans iklimini benimsemesi sporcuların ahlaktan uzaklaşmasıyla sonuçlanabilir. Bu bulguya benzer şekilde Stanger, Backhouse, Jennings ve McKenna (2018) antrenörlerin performans iklimi sergilemesinin sporcuların ahlaktan uzaklaşmalarını artırdığını, ustalık ikliminin ise sporcuların ahlaktan uzaklaşmasını azalttığını ifade etmiştir. Benzer şekilde sporcuların algıladıkları performans ikliminin sporcuların ahlaki ve sportmen davranışlarını azalttığı (Gutierrez ve Ruiz 2009; Miller, Roberts ve Ommundsen, 2005), anti-sosyal davranışlarını ise arttırdığına yönelik araştırmalar (Boardley ve Kavussanu, 2009) bulunmaktadır.

Bilim, teknoloji ve iletişimde yaşanan gelişmelerle beraber spor büyük kitlelere ulaşarak çok büyük bir endüstri haline gelmiştir (Akkaya ve Zerenler, 2017). Bu açıklama doğrultusunda günümüzde birçok insanın sportif faaliyetlere katıldığı söylenebilir. Bu nedenle, spor alanındaki bireylerin davranışlarını olumlu olarak etkileyebilecek sosyal bir çevre oluşturmanın önemli bir konu olduğu sonucuna varılabilir. Özellikle spora katılan bireylerin ahlaki açıdan doğru davranışlar sergilemesi spordaki fair-play ruhu açısından önemlidir. Ahlak, insan karakterinin bir göstergesi ve kişiliğinin ayrılmaz bir parçasıdır (Aydın, 2011; Calmeiro, Stoll ve Davis, 2015). Spor, yenme ve yenilmenin olduğu, mücadele gerektiren faaliyetleri içermektedir. Bu nedenle, spor ortamı ahlaki ikilemleri içinde barındırır. Sporcuların sportif deneyimleri sürecinde karşılaştığı bu ahlaki ikilemler rakibini korumak ya da zarar vermek, adalet ya da hile, sadakat ya da ihanet seçenekleri arasında kaldıkları durumları ifade etmektedir (Kavussanu ve Ring, 2016). Spordaki kazanma duygusunun baskısı ile sporun özünde aslında var olan adalet, dürüstlük, sorumluluk ve yarar gibi ahlaki prensipler, kazanma arzusu ile çelişki içinde kalabilmektedir (Lumpkin, Stoll ve Beller, 2003). Sporcuların tutumlarının ahlaki değerler ile örtüşmeyecek şekilde olması, sporcuların spordaki kazanma ve hırs yönelimli olmaları genellikle sporcuyu çevreleyen aile, akran ve antrenör gibi psiko-sosyal unsurlardan kaynaklanmaktadır (Lee, Whitehead ve Ntoumanis, 2007).

Sporcuları en çok etkileyebilecek çevresel unsurların başında antrenörler gelmektedir (Horn, 2008; Özyıldırım ve Sarı, 2018). İlgili alan yazın incelendiğinde antrenörlerin çeşitli davranışlarının sporcuların ahlaki davranışlarını etkileyebilecek önemli bir etken olduğu ifade edilmektedir. Örneğin, antrenörün kontrol edici davranışının sporcuların ahlaktan uzaklaşmalarını sağladığı belirtilirken (Hodge ve Gucciardi, 2015), antrenörün ustalık iklimi sağlamasının sporcunun doping kullanımını (Allen ve ark., 2015) ve hile yapmasını (Palou, Ponseti, Cruz, Vidal, Cantalops, Borràs ve Garcia-Mas, 2013) azaltabileceği ifade edilmektedir. Bu alandaki güncel araştırmalar, sporda etik ve ahlaki bir ortam oluşturulmasında ve bu ortamın sürdürülmesinde lider pozisyonundaki insanların önemli bir faktör olduğunu belirtmektedir (Burton, Welty Peachey ve Wells, 2017, Chen, Wang, Wang, Ronkainen ve Huangve, 2016; Thompson ve Dieffenbach, 2016, Chow, Murray ve Feltz, 2009). Sporcunun etkileşim içinde olduğu sosyal çevreden gelen beklentiler, sporcunun üstlendiği sorumluluk, psikolojik durumu, karakteristik özellikleri, sosyal ve fiziksel çevresi ile ilgili diğer özellikler gibi birçok unsur sporcunun performansına etki edebilir. Bu etkenlerin hepsi dolaylı da olsa sporcunun ahlaki değerlerinin şekillenmesini sağlayarak ahlaktan uzaklaşmasına neden olabilir (Shields ve ark., 2015). Örnek olarak vermek gerekirse, Constandt (2018) yapmış olduğu araştırmada antrenörün olumlu ve olumsuz davranışları ile

sporcuların davranışları arasında güçlü bir bağlantı olduğunu belirtmiştir. Sporcular tarafından rol model alınan antrenörün sporcuların ahlaki boyutlarında önemli bir etkisi bulunmaktadır (Trevino, Hartman ve Brown, 2000).

Woods'a (2011) göre spora ve fiziksel aktiviteye katılım; insanlara gerçek, dürüstlük, sorumluluk ve alçakgönüllülük gibi konularda kendilerini geliştirme şansı verir. Spor ayrıca, bireylere seçim yapmaları gereken ahlaki bazı tercihler sunar. Bu araştırmanın bulguları, sportif ortamda performans ikliminin baskın olmasının, sporcuların ortaya çıkan ahlaki ikilemleri çözememesine neden olarak onları ahlaktan uzaklaştırabildiğini göstermektedir. Ahlaki uzaklaşma, bireyin kabul edilemeyen davranışının ortaya çıkarabileceği, psikolojik olarak rahatsız edici duygulardan ve düşüncelerden kurtulmasını sağlayan bir takım düzenleme sürecini ifade etmektedir (Bandura, 2002). İlgili araştırmalar incelendiğinde güdüsel iklime ek olarak bireylerin sporculuk düzeyinin de ahlaktan uzaklaşmalarına etki edebilecek bir unsur olduğu ifade edilmektedir. Örneğin, Visek ve Watson (2005)'a göre spora katılım düzeyi arttıkça ahlaki olmayan davranışlar meşrulaştırılabilmektedir. Genç sporcular ile kolej sporcuları genelde oyun ve kişisel gelişim odaklı spor yapmaktayken, daha profesyonel olan üst düzey sporcular daha çok kazanma odaklıdır. Genç ve spor ortamında daha yeni olan sporcular daha çok eğlence ve dürüstlüğe önem verirken, üst seviyelerdeki profesyonel sporcular kazanma ve kaybetme durumlarına bağlı olan finansal etkenleri göz önünde bulundurmaktadır. Spordaki artan deneyimle birlikte sporcular fair-playin kazanmak ve bir üst tura geçmek kadar önemli bir unsur olmadığını düşünmektedirler (Visek ve Watson, 2005).

SONUÇ VE ÖNERİLER

Elde edilen bulgular değerlendirildiğinde, sporcuların kazanmayı çok önemsemesinin ve antrenör tarafından performans iklimi oluşturulmasının sporcularda ahlaktan uzaklaşmaya neden olabileceği sonucuna varılabilir. Antrenörler, spor psikologları ve spor yöneticileri sporun kazanmayı da kaybetmeyi de içinde barındırdığı gerçeğini unutmamalı ve spordaki ahlaki değerlerin korunması gerektiğini göz ardı etmemelidirler. Sporcuların ahlaki gelişiminin sadece kendi kişilik özelliklerinden değil birçok farklı sosyal faktörden etkilenebileceği göz önünde bulundurulmalıdır. Sporcuların psiko-sosyal gelişiminde önemli bir rolü olan antrenörlerin sporcuların ahlaktan uzaklaşmasını engellemeye yönelik çalışmalar yapması ve sporculara bu yönde deneyimler sunması gerekmektedir.

Bu araştırmanın sadece takım sporcuları ile yapılmış olması bir sınırlılık olarak belirtilebilir. Ayrıca güdüsel iklim değişkeni sporcuların algılarına göre belirlenmiştir. Güdüsel iklim antrenör tarafından ölçülmemiş ya da deneysel bir güdüsel iklim ortamı oluşturulmamıştır. Bu da diğer bir sınırlılık olarak belirtilebilir. İleride yapılacak araştırmalarda farklı örneklem grupları ile güdüsel iklim, sporcuların spora katılım amaçları ve sporcuların ahlaktan uzaklaşma seviyelerine yönelik araştırmalar yapılabilir. Ayrıca, antrenör kaynaklı güdüsel iklime ek olarak, sporcularda aile ve akran güdüsel iklimi de değerlendirilebilir.

KAYNAKLAR

Akkaya, Ö., Zerenler, M. (2017). Sosyal medya ve spor pazarlaması ilişkisi taraftar tutumlarını belirlemeye yönelik bir araştırma: Beşiktaş spor kulübü örneği. *Suleyman Demirel University Journal of Faculty of Economics & Administrative Sciences*, 22(4), 945-963.

Albouza, Y., D'Arripe-Longueville, F., Corrion, K. (2017). Role of resistive self-regulatory efficacy and moral disengagement in the relationship between values and aggressiveness in athletes. *International Journal of Behavioral Research and Psychology*, 5, 209-217.

- Allen, J., Taylor, J., Dimeo, P., Dixon, S., Robinson, L. (2015). Predicting elite Scottish athletes' attitudes towards doping: examining the contribution of achievement goals and motivational climate. *Journal of Sports Sciences*, 33(9), 899-906.
- Ames, C. (1992). Classrooms: Goals, structures, and student motivation. *Journal of Educational Psychology*, 84(3), 261.
- Appleton, P.R., Duda, J.L. (2016). Examining the interactive effects of coach-created empowering and disempowering climate dimensions on athletes' health and functioning. *Psychology of Sport and Exercise*, 26, 61-70.
- Aydın, M.Z. (2011). *Okulda ahlak eğitimi ve ahlak öğretiminde örnek olay incelemesi yöntemi*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewd Cliffs, NJ: Rentice-Hall.
- Bandura, A. (1991). Social cognitive theory of moral thought and action. In W.M. Kurtines J.L. Gewirtz (Eds.), *Handbook of moral behavior and development: Theory, research, and applications* (pp. 71-129). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Bandura, A. (2002). Selective moral disengagement in the exercise of moral agency. *Journal of Moral Education*, 31(2), 101-119.
- Bartholomew, K., Ntoumanis, N., Thøgersen-Ntoumani, C. (2009). A review of controlling motivational strategies from a Self-Determination Theory perspective: implications for sports coaches. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 2, 215–233.
- Bekiari, A., Sympas, I. (2015). Coaches' Verbal Aggressiveness and Motivational Climate as Predictors of Athletes' Satisfaction. *British Journal of Education, Society & Behavioural Science*, 9, 318-329.
- Boardley, I.D., Kavussanu, M. (2007). Development and validation of the moral disengagement in sport scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 29(5), 608-628.
- Boardley, I.D., Kavussanu, M. (2009). The influence of social variables and moral disengagement on prosocial and antisocial behaviours in field hockey and netball. *Journal of Sports Sciences*, 27(8), 843-854.
- Boardley, I.D., Kavussanu, M. (2010). Effects of goal orientation and perceived value of toughness on antisocial behavior in soccer: The mediating role of moral disengagement. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 32(2), 176-192.
- Boardley, I.D., Kavussanu, M. (2008). The Moral Disengagement in Sport Scale – Short. *Journal of Sports Sciences*, 26, 1507–1517.
- Boixados, M., Cruz, J., Torregrosa, M., Valiente, L. (2004). Relationships among motivational climate, satisfaction, perceived ability, and fair play attitudes in young soccer players. *Journal of Applied Sport Psychology*, 16(4), 301-317.
- Boyd, M., Kim, M. S., Ensari, N., Yin, Z. (2014). Perceived motivational team climate in relation to task and social cohesion among male college athletes. *Journal of Applied Social Psychology*, 44(2), 115-123.
- Burton, L.J., Welty Peachey, J., Wells, J.E. (2017). The role of servant leadership in developing an ethical climate in sport organizations. *Journal of Sport Management*, 31(3), 229–240. doi:10.1123/jsm.2016-0047
- Calmeiro, L., Stoll, S.K., Davis, P. (2015). Moral Reasoning in Sport: Validation of the Portuguese Version of the RSBH Value-Judgement Inventory in Adolescents, *Sport Science Review*, 24(5-6), 285-304. doi: <https://doi.org/10.1515/ssr-2015-0020>.

- Chen, Z., Wang, D., Wang, K., Ronkainen, N.J., Huang, T. (2016). Effects of coaching style on prosocial and antisocial behavior among Chinese athletes. *Social Behavior and Personality: an International Journal*, 44(11), 1889-1900.
- Chow, G.M., Murray, K.E., Feltz, D. (2009). Individual, team, and coach predictors of players' likelihood to aggress in youth soccer. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 31(4), 425–443. PubMed doi:10.1123/jsep.31.4.425
- Constandt, B., De Waegeneer, E., Willem, A. (2018). Coach Ethical Leadership in Soccer Clubs: An Analysis of Its Influence on Ethical Behavior. *Journal of Sport Management*, 32(3), 185–198.
- Corrion, K., Long, T., Smith, A. L., d'Arripe-Longueville, F. (2009). "It's not my fault; it's not serious": Athlete accounts of moral disengagement in competitive sport. *The Sport Psychologist*, 23(3), 388-404.
- Curran, T., Hill, A. P., Hall, H. K., Jowett, G. E. (2015). Relationships between the coach-created motivational climate and athlete engagement in youth sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 37(2), 193-198.
- Çağlar, E., Aşçı, F. H., Uygurtaş, M. (2017). Roles of perceived motivational climates created by coach, peer, and parent on dispositional flow in young athletes. *Perceptual and Motor Skills*, 124(2), 462-476.
- Çalışkan, G. (2013a). Reliability And Validity Adapted Turkish Version Of Moral Disengagement in Sports Scale. *International Journal of Academic Research*, 5(2), 235-239.
- Çalışkan, G. (2013b). The moral disengagement in sports: The role of gender, sport type and moral development stage. *Life Science Journal*, 10(7s), 721-726.
- Eskiyecek, CG. Bayazıt, B. Sarı, İ. (2015) Sporcularda tercih edilen antrenör liderlik davranışlarının yaş, cinsiyet ve spor dalı açısından incelenmesi (Diyarbakır örneği). *International Refereed Academic Journal of Sports, Health and Medical Sciences*. 5(15), 27-42.
- Gano-Overway, L.A., Guivernau, M., Magyar, T.M., Waldron, J.J., Ewing, M. E. (2005). Achievement goal perspectives, perceptions of the motivational climate, and sportspersonship: Individual and team effects. *Psychology of Sport And Exercise*, 6(2), 215-232.
- Gutierrez, M., Ruiz, L.M. (2009). Perceived motivational climate, sportsmanship, and students' attitudes toward physical education classes and teachers. *Perceptual and Motor Skills*, 108(1), 308-326.
- Gürpınar, B. (2015). Adaptation of the moral disengagement in sport scale-short into Turkish culture: A validity and reliability study in a Turkish sample. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13 (1), 57-64.
- Gürpınar, B. (2016). Adaptation of the attitudes to moral decision-making in youth sport questionnaire-2 into turkish culture: a validity and reliability study. *Education & Science*, 39 (176), 405-412.
- Gürpınar B. Kurşun S. (2013). Basketbolcuların ve futbolcuların sportmenlik yönelimleri. *Mediterranean Journal of Humanities* 3(1), 171-176.
- Güvendi, B., Türksoy Işım, A. (2019). Moral Disengagement Level of Team Athletes Depending on Unethical Behaviors They Perceived from Their Coaches. *Journal of Education and Learning*, 8(4), 83-92.
- Hodge, K., Gucciardi, D.F. (2015). Antisocial and prosocial behavior in sport: The role of motivational climate, basic psychological needs, and moral disengagement. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 37(3), 257-273.
- Hodge, K., Hargreaves, E.A., Gerrard, D., Lonsdale, C. (2013). Psychological mechanisms underlying doping attitudes in sport: Motivation and moral disengagement. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 35(4), 419-432.
- Horn, T.S., (2008). Coaching Effectiveness in the Sport Domain. In T. S. Horn (Ed.), *Advances in Sport Psychology* (pp. 239-267). Campaign, IL: Human Kinetics.
- Huck, S.W. (2012). *Reading statistics and research* (6th ed). Boston: Pearson.

Işım, A.T., Güvendi, B., Toros, T. (2015). Amatör lig futbolcularında sporda ahlaktan uzaklaşma, güdüsel iklim ve karar verme. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 5(1), 54-62.

İlhan, L. (2009). Voleybolda Servis Becerisi Öğretimine Motivasyonel Bir Yaklaşım. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(3), 196-203.

Jaakkola, T., Wang, C.J., Soini, M., Liukkonen, J. (2015). Students' perceptions of motivational climate and enjoyment in Finnish physical education: A latent profile analysis. *Journal of Sports Science & Medicine*, 14(3), 477-483.

Jones, B. D., Woodman, T., Barlow, M., Roberts, R. (2017). The darker side of personality: Narcissism predicts moral disengagement and antisocial behavior in sport. *The Sport Psychologist*, 31(2), 109-116.

Kavussanu, M. (2016). Moral disengagement and doping. In V. Barkoukis, L. Lazuras, & H. Tsorbatzoudis (Eds), *The psychology of doping in sport* (pp. 151-164). New York: Routledge.

Kavussanu, M., Ring, C. (2016). Moral thought and action in sport and student life: A study of bracketed morality. *Ethics & Behavior*, 26(4), 267-276.

Kelecek, S., Aşçı, F.H., Altıntaş, A. (2010). Elit erkek ve kadın voleybolcuların algıladıkları güdüsel iklimin, güdüsel yönelimlerini ve optimal performans duygu durumlarını belirlemedeki rolü. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15(4), 35-47.

Kolayış, H. Sarı, İ., Çelik, N. (2017). Parent-Initiated Motivational Climate and Self Determined Motivation in Youth Sport: How Should Parents Behave to Keep Their Child in Sport? *Kinesiology*, 49(2): 217-224.

Lee, M., Whitehead, J. Ntoumanis, N. (2007) Development of the Attitudes to Moral Decision-making in Youth Sport Questionnaire (AMDYSQ-1) . *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 369 - 392 .

Lucidi, F., Grano, C., Leone, L., Lombardo, C., Pesce, C. (2004). Determinants of the intention to use do in substances: An empirical contribution in a sample Italian adolescents. *International Journal of Sport Psychology*, 35(2), 133-148.

Lumpkin, A., Stoll, K.S., Beller, M.J. (2003) *Sport Ethics: Application for Fair Play*. (3rd ed). USA: McGrawHill.

McLaren, C.D., Newland, A., Eys, M., Newton, M. (2017). Peer-initiated motivational climate and group cohesion in youth sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 29(1), 88-100.

Miller, B.W., Roberts, G.C., Ommundsen, Y. (2005). Effect of perceived motivational climate on moral functioning, team moral atmosphere perceptions, and the legitimacy of intentionally injurious acts among competitive youth football players. *Psychology of Sport and Exercise*, 6(4), 461-477.

Newton, M., Duda, J.L. (1999). The interaction of motivational climate, dispositional goal orientations, and perceived ability in predicting indices of motivation. *International Journal of Sport Psychology*, 30(1), 63-82.

Nicholls, A.R., Morley, D., Perry, J.L. (2016). Mentally tough athletes are more aware of unsupportive coaching behaviours: Perceptions of coach behaviour, motivational climate, and mental toughness in sport. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 11(2), 172-181.

Nicholls, J.G. (1984). Achievement motivation: Conceptions of ability, subjective experience, task choice, and performance. *Psychological Review*, 91, 328-346.

Ntoumanis, N., Biddle, S.J. (1999). A review of motivational climate in physical activity. *Journal of Sports Sciences*, 17(8), 643-665.

Ntoumanis, N., Gucciardi, D.F., Backhouse, S.H., Barkoukis, V., Quested, E., Patterson, L., ... Kaffe, S. (2018). An intervention to optimize Coach Motivational Climates and Reduce Athlete Willingness to Dope (CoachMADE): protocol for a cross-cultural cluster randomized control trial. *Frontiers in Psychology*, 8, 2301.

O’rourke, D.J., Smith, R.E., Smoll, F.L., Cumming, S.P. (2014). Relations of parent-and coach-initiated motivational climates to young athletes’ self-esteem, performance anxiety, and autonomous motivation: who is more influential?. *Journal of Applied Sport Psychology*, 26(4), 395-408.

Örün, Ö., Orhan, D., Dönmez, P., Kurt, A.A. (2015). Öğretmen Adaylarının Bireysel Yenilikçilik Profilleri ve Teknoloji Tutum Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(1): 65-76.

Özyıldırım, M., Sarı, İ. (2018). Antrenörlerin spor psikolojisi kavramına ilişkin metaforik algıları. *Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi*.29, 177-194.

Pallant, J. (2007). *SPSS survival manual: A step-by-step guide to data analysis using SPSS version 15* (3 ed.). Maidenhead: Open University Press.

Palou, P., Ponseti, F.J., Cruz, J., Vidal, J., Cantallops, J., Borràs, P.A., Garcia-Mas, A. (2013). Acceptance of gamesmanship and cheating in young competitive athletes in relation to the motivational climate generated by parents and coaches. *Perceptual and Motor Skills*, 117(1), 290-303.

Passini, S. (2012). The delinquency–drug relationship: The influence of social reputation and moral disengagement. *Addictive Behaviors*, 37(4), 577-579.

Ruiz, M.C., Haapanen, S., Tolvanen, A., Robazza, C., Duda, J.L. (2017). Predicting athletes’ functional and dysfunctional emotions: The role of the motivational climate and motivation regulations. *Journal of Sports Sciences*, 35(16), 1598-1606.

Sarı, İ. (2015). Satisfaction of basic psychological needs and goal orientation in young athletes: A test of basic psychological needs theory. *Kinesiology*. 47(2): 159-168.

Sarı, İ. (2019). Antrenörden algılanan özerklik desteği ve sporcuların özerk güdülenmesi arasındaki ilişki: bir meta-analiz çalışması. *Sportmetre*. 17(2), 110-125.

Sarı, İ. Bayazıt, B. (2017). The Relationship Between Perceived Coaching Behaviours, Motivation and Self-Efficacy in Wrestlers. *Journal of Human Kinetics*, 57, 239-251.

Savaş, İ., Can, İ. (2011). Euro-Dolar Paritesi ve Reel Döviz Kuru’nun İMKB 100 Endeksi’ne Etkisi. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi İİBF Dergisi*, 6(1): 323-339.

Sezen-Balçıklı, G., Yıldırım, İ. (2018). Elit salon hokeyi oyuncularında empatik beceri ile prososyal davranışlar arasındaki ilişki. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(1), 1-8.

Shields, D.L., Funk, C.D., Bredemeier, B.L. (2015). Predictors of moral disengagement in sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 37(6), 646-658.

Simon, R.L. (2000). Internalism and internal values in sport. *Journal of the Philosophy of Sport*, 27, 1-16.

Smith, A., Stewart, B., Oliver-Bennetts, S., McDonald, S., Ingerson, L., Anderson, A., ve ark. (2010). Contextual influences and athlete attitudes to drugs in sport. *Sport Management Review*. 13, 181–197.

Stanger, N., Backhouse, S. H., Jennings, A., McKenna, J. (2018). Linking motivational climate with moral behavior in youth sport: The role of social support, perspective taking, and moral disengagement. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 7(4), 392.

Stornes, T., Ommundsen, Y. (2004). Achievement goals, motivational climate and sportpersonship: a study of young handball players. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 48(2), 205-221.

Şukys, S., Jansonienė, A.J. (2012). Relationship between athletes’ values and moral disengagement in sport, and differences across gender, level and years of involvement. *Education, Physical Training, Sport*, 84(1), 55-61.

Tabachnick B.G., Fidell, L.S. (2007): *Using Multivariate Statistics* (5th edition). Boston: Pearson Education.

Thompson, M., Dieffenbach, K. (2016). Measuring professional ethics in coaching: Development of the PISC-Q. *Ethics & Behavior*, 26(6), 507–523. doi:10.1080/10508422.2015.1060578

Toros, T. (2001). Elit ve elit olmayan erkek basketbolcularda hedef yönelimi, güdüsel iklim ve hedeflerin özgünlük güçlük derecesi özelliklerinin yaşam doyumuna etkisi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Trevino, L.K., Hartman, L.P., Brown, M. (2000). Moral ~ person and moral manager: How executives develop a reputation for ethical leadership. *California Management Review*, 42(4), 128–142. doi:10.2307/41166057.

Tsai, J.J., Wang, C.H., Lo, H.J. (2014). Locus of control, moral disengagement in sport, and rule transgression of athletes. *Social Behavior and Personality: an International Journal*, 42(1), 59-68.

Türksoy Işım, A., Güvendi, B., Toros, T. (2019). Amatör lig futbolcularında sporda ahlaktan uzaklaşma, güdüsel iklim ve karar verme. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 5(1), 54-62.

Visek, A., Watson, J. (2005). Ice hockey players' legitimacy of aggression and professionalization of attitudes. *The Sport Psychologist*, 19, 178-192.

Vitali, F., Bortoli, L., Bertinato, L., Robazza, C., Schena, F. (2015). Motivational climate, resilience, and burnout in youth sport. *Sport Sciences for Health*, 11(1), 103-108.

Walling, M.D., Duda, J.L., Chi, L. (1993). The perceived motivational climate in sport questionnaire: Construct and predictive validity. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15, 172-172.

Woods, R. (2015). *Social issues in sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Xiang, P., Cunningham, G. (2005). Achievement goals, perceived motivational climate, and their relations to students' satisfaction with physical activity. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 76, 96.

Geliş Tarihi (Received): 18.03.2019
Kabul Tarihi (Accepted): 10.09.2019
SPORMETRE, 2019,17(4),105-119
DOI: 10.33689/spormetre.541348

ÖRGÜT KÜLTÜR TİPLERİ VE ÖZDEŞLEŞME: İŞ TATMİNİN ARACILIK ETKİSİ

Serdar SOLMAZ ¹, Tekin ÇOLAKOĞLU ¹
¹Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara

Öz: Örgütlerin özdeşleşmeyi sağlayarak belirlediği amaçlara ulaşması daha kolay olmakta bu sayede örgütsel etkinliği de sağlamaktadır. Örgütsel özdeşleşmenin sağlanmasında pek çok faktör rol oynamaktadır. Bu çalışmada akademisyenlerin örgütsel özdeşleşmeyi sağladığı düşünülen örgüt kültür tipleri ve iş tatmini faktörleri ele alınmıştır. Çalışmanın amacı, akademisyenlerde örgütsel özdeşleşmeyi sağlayan faktörlerin modellenmesidir. Yapılan analiz sonuçlarında, örgüt kültürü alt boyutları olan başarı ve destek kültürünün, iş tatmini ve örgütsel özdeşleşme ile ilişkili olduğu ayrıca başarı ve destek kültürünün iş tatminini ve örgütsel özdeşleşmeyi pozitif ve anlamlı olarak etkilediği belirlenmiştir. Başarı kültürü ve destek kültürünün örgütsel özdeşleşme üzerindeki etkisinde iş tatminin kısmi aracılık rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu değişkenlerden oluşan yapısal eşitlik modellemeleri yol analizleri ile tespit edilerek önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Örgüt Kültürü, İş Tatmini, Örgütsel Özdeşleşme, Aracı Değişken.

ORGANIZATIONAL CULTURE TYPES AND IDENTIFICATION: MEDIATING EFFECT OF JOB SATISFACTION

Abstract: Organizations can easily reach their goals by providing organizational identification. In this way, organizational effectiveness is also provided. Many factors play a role in providing organizational identification. In this study, organizational culture types and job satisfaction factors that are thought to provide organizational identification on academics, are discussed. The aim of the study is to model the factors that provide organizational identification in academics. In the results of the analysis, the culture of success and support, which are sub-dimensions of organizational culture, are associated with job satisfaction and organizational identification, also success and support culture positively and significantly affect job satisfaction and organizational identification. It has been concluded that job satisfaction has a partial mediation role in the effect of success and support culture on organizational identification. Structural equation modeling consisting of these variables was determined by way analysis and suggestions were made.

Key Words: Organizational Culture, Job Satisfaction, Organizational Identification, Mediator Variable.

GİRİŞ

Örgüt kültürü, toplum kültürünün bir alt ürünü ya da alt kültürüdür. Organizasyon içerisinde kişilerin veya grupların davranışlarını yönlendiren normlar, davranışlar, inançlar ve alışkanlıklar sistemi olarak tanımlanmıştır. Bu bakımdan örgüt kültürünü bir “şemsiye” metaforu ile tarif edilebilir. Mevcut çevre içerisinde örgüt kültürünün güçlü bir yapılanmaya sahip olması; organizasyonun devamlılığı, belirlenen hedeflere ulaşımı, stratejilerin ve politikaların kolaylıkla belirlenebilmesi ve en önemlisi bu yapının bütün bir şekilde işleyebilmesi açısından önem arz etmektedir (Ashkanasy ve ark., 2011; Eren, 2001; Tutar, 2016).

Son zamanlarda örgüt kültürü ticari işletmeler haricinde kar amacı gütmeyen kamu hizmetlerinin sağlandığı organizasyonlarda da yapılan çalışmalarla dikkat çekmektedir. Örgüt kültürü kurum çalışanlarının sadece tutum ve davranışlarını etkilemediği aynı zamanda örgütsel bağlılık, örgütsel özdeşleşme ve iş tatmini arasında da etkisi olduğu görülmüştür (Findler ve ark., 2007; Jaskyte, 2010; Schrod, 2002). İş tatmini örgüt kültürü içerisinde en sık yer alan en

önemli değişkenlerden bir tanesidir. Genel olarak iş tatmini çalışanın işi hakkındaki düşüncelerini kapsar ve örgüt kültürü ile burada etkileşir (Arnold ve Spell, 2006; Belias ve Koustelios, 2014; Zavyalova ve Kuchеров, 2010). Özdeşleşme ise bireyin kendisini tanımlarken kullandığı kavramları örgüt içinde kullanması kendisini örgütü ile özdeşleşmesidir (Dutton ve ark.,1994). Bu bağlamda özdeşleşme hem örgüt kültürü hem de tatmin ile ilişkilidir (Jun ve ark., 2009; Mozes ve ark., 2011; Schrod, 2002; Van Dick ve ark., 2008).

Bu araştırmada, örgüt kültürü, iş tatmini ve örgütsel bağlılık kavramları ele alınmış ardından ilgili kuramlara dayalı olarak yaratılan hipotezler daha önce yapılan çalışmalar aracılığıyla geliştirilmiş ve belirlenen ilgili örneklem üzerinde test edilmiştir.

Kuramsal Çerçeve ve Araştırma Hipotezleri

Örgüt Kültürü

Örgüt kültürü, antropolojik olarak kökenleri göz önüne alındığında, farklı bakış açılarından farklı şekillerde tanımlanmaktadır. Bu bakımdan örgüt kültürünün sayısız tanım içermesi sürpriz değildir. Martin ve Siehl (1983), örgüt içerisinde kültürü tutkal metaforu ile tarif eder. Bu tutkal paylaşılan değerler bütünü ile kişileri arada tutar (Jaskyte, 2010). Bu değerler, belirli bir organizasyon içerisinde faaliyette bulunan üyeler tarafından paylaşılan inanışlar, semboller ve ritüeller ki bunlar organizasyon dâhilindeki hem yönetim problemleri hem de müşteriler, tedarikçiler ve çevre ile ilgili sorunları çözmek için uygulanır (Belias ve Koustelios, 2014). Yapılan farklı kültür tanımlarının yanı sıra tanımlar arasında bazı ortak noktalar da mevcuttur. Bu ortak noktalar; kültürün öğrenilmiş veya sonradan kazanılmış bir olgu olduğu, grup üyeleri arasında paylaşılabildiği, yazılı bir metin olmadığı üyelerin düşünce yapılarında olduğu, bilinç ve belleklerinde inanç ve değerler olarak yer aldığı, düzenli bir şekilde tekrarlanan veya ortaya çıkarılan davranışsal kalıplar şeklinde olduğu ifade edilebilir (Eren, 2001).

Kültür aynı anda her alanda mevcut olan bir olgu olduğu için yapılan çalışmalarda kültürü anlamaya yönelik pek çok sınıflandırma yapılmıştır (Schein,1990). Yapılan sınıflandırmaların daha detaylı olması ve ayrıca basit olmaması gereklidir. Çünkü her topluluğun, organizasyonun kültürel oluşumunu genel esaslar içerisinde toplamak, genelleştirmek ve belli bir modele uydurmak yanlışlık yaratabilir (Schein,1990). Zaman içerisinde örgüt kültürü alanında çalışma yapan kuramcılar (Campell, 1977; Jung, 1923; Harrison, 1972; Mason ve Mitroff, 1973; Mitroff ve Kilmann, 1975; Quinn, 1988; Quinn ve McGrath, 1985; Quinn ve Rohrbaugh, 1983; Smircich, 1983; Wilkins ve Quichi, 1983) örgüt kültürü kavramına çeşitli modeller ile açıklık getirmeye çalışmışlar ve belirli sınıflandırmalar içerisinde bu kavramı ele almışlardır. Yapılan bu modellemeler zaman içerisinde araştırmacıların kültür anlayışı çerçevesinde geliştirilmiştir (Lund, 2003).

Pheysey, Harrison ve Handy'nin çalışmalarını esas alarak yaptığı örgüt kültürü sınıflandırmasını rol kültürü, güç kültürü, başarı kültürü ve destek kültürü olmak üzere 4 boyutta incelemiştir (Pheysey, 1993). Bu sınıflama aynı zamanda araştırmacının kuramsal temelini de oluşturmaktadır.

Rol Kültürü: Rol kültürü, her çalışanın kendi uzmanlık alanına, eğitim niteliğine ve kendisinden en iyi şekilde yararlanabileceği şekilde görevlendirildiği kültür tipidir. Rol kültürü yüksek oranda iş odaklı ve daha çok bürokratik örgütlerde bulunmaktadır. Bu kültür tipinde bireylerin sorumlu oldukları iş tanımları (kurallar, prosedürler, yükümlülükler) açıkça belirgindir (Handy, 1993).

Rol kültüründe tüm örgüt formları piramit biçimindedir. Tepeden piramidin tabanına indikçe çalışan personel sayısı artış gösterir. Sadece hiyerarşi olarak sınıflandırma değil aynı zamanda departman olarak da bölümlendirmeler bulunmaktadır. Departmanlara ayrılmış bölümler içerisinde her departman kendi işini yapar yani her kişinin ve bölümün bir rolü mevcuttur. Rol kültürü beklentilerin uygulandığı yani çalışanın yapması gerekenleri önceden belli olduğu yaygın olarak bürokratik yaklaşımın hâkim olduğu devlet dairelerinde ve büyük şirketlerde görülür (Cartwright ve Baron, 2002; Pheysey, 1993). Örgütün bir makine gibi tüm parçalarının birbirine uyumlu bir şekilde çalışması için prosedürün ve rollerin açık bir şekilde belirtilmesi önemlidir (Pheysey, 1993).

Güç Kültürü: Güç kültürü, gücün sadece bir kişinin veya merkezin elinde bulunduğu, karar verme ve denetimin merkezde toplandığı örgüt kültür tipidir. Güç kültürü genellikle küçük girişimci örgütlerde bulunur. Merkezi karar verebilme özelliği sayesinde hızlı reaksiyon gösterebilme özelliğine sahiptirler (Cartwright ve Baron, 2002). Handy (1993) güç kültürünü “örümcek ağı” metaforu olarak ifade etmiştir. Kültür ağın merkezinde bulunan örümceğe bağlıdır. Merkezde bulunan bu güç ağ aracılığıyla merkezden dışa doğru yayılım gösterir fakat ağ büyüdükçe iletişimde kopmalar ve merkezi otoritede zayıflamalar baş göstermeye başlar (Handy, 1993).

Pheysey (1993) ise güç kültürünü genellikle küçük girişimci şirketler ve geleneksel aile şirketleri şeklinde ifade eder. Güç kültüründe bazı kişiler diğerleri üzerinde dominanttır. Güç kültürü tipinde iyi olan yönleri liderlerinin güç, adalet ve iyilik temelli olmasıdır. Kötü tarafı ise kuralların uygulanmasının temelinde korku yatmaktadır (Pheysey, 1993).

Başarı Kültürü: Başarı kültürü, bireysellikten ziyade örgütlerin amaçlarının ve çıkarlarının ön planda tutulduğu tamamen iş veya proje odaklı olan örgüt kültür tipidir. Önemli olan işin başarılı bir şekilde tamamlanmasıdır. İşin nasıl yapıldığının veya nasıl olması gerektiği ile ilgili sürece odaklanılmaz (Cartwright ve Baron, 2002; Harrison, 1972).

Başarı kültürü genellikle ortak değerler ve amaçlar doğrultusunda bir araya gelen danışmanlık şirketleri, araştırma enstitüleri (Pheysey, 1993) tarzında küçük örgütlerde olabileceği gibi karmaşık, büyük ve hızla değişen dinamik pazar içerisindeki şirketlerde de proje takımı veya çalışma grubu olarak kurulabilirler (Harrison, 1972). Bu kültür tipinde iş birliği üst seviyededir ve sorunlar için geçici ekipler kurulur veya mevcut yapı gerçekleştirilmeye çalışan amaç doğrultusunda değiştirilir. Kurulan ekip deneyimli ve alanında uzman kişiler tarafından oluşur ve çözüm odaklı hareket esastır. Örneğin bu çözüm yüksek kalite, son tarihe yetiştirme olabilir (Handy, 1993; Harrison, 1972). Âdemi merkezî yapılar olarak adlandırılan bu kültür tipi tepe yönetim çalışanlar üzerinde kısmi denetime sahiptir. Yönetim genellikle uzun dönemli politikalar belirler ve karar komitelerce alınır (Pheysey, 1993).

Destek Kültürü: Destek kültürü, kişilerin ihtiyaçlarına hizmet etmek amaçlı oluşmuş kişi odaklı örgüt tipidir. Ortak karar alma ve üyeler arasında bağlılık söz konusudur. Örgüt, üyelerin tek başlarına karşılayamayacakları ihtiyaçları için bir araç rolündedir. Bu sebeple kısa yaşam sürelerine sahip olabilirler (Harrison, 1972; Pheysey, 1993).

Üyeler arasında gelişen ortaklık, aitlik, dostluk gibi ilişkiler örgüt değerlerinin oluşumuna katkı sağlar bununla birlikte herkesi örgütün bir parçası olduğunun bilincini oluşturur (Pheysey, 1993). Karar vermede konsensüs tarzı tercih edilir. Kişilerden genelde amaç ve değerleri ile uyuşmayan şeyler yapmaları beklenmez. Kurallar kişisel tercihler doğrultusunda

belirlenir. Araştırma ve geliştirme için bir araya gelmiş küçük profesyonel gruplar örnek olarak verilebilir (Harrison, 1972).

Örgüt kültürü, iş tatmini üzerinde doğrudan veya dolaylı etki yaratarak kişilerin tutum ve davranışlarına etki eden önemli değişkenlerden bir tanesidir. Örgüt kültürü ve iş tatmini arasındaki ilişkiye yönelik literatürde çeşitli çalışmalar mevcuttur (Egan ve ark., 2004; Johnson ve McIntye, 1998). Ayrıca örgüt kültür tipleri ve iş tatmini arasında Silverthorne'un (2004) çalışmasında örgüt kültürü tiplerinden özellikle destek kültürünün bürokratik kültüre oranla iş tatmini arasındaki ilişkinin oranının daha fazla olduğu sonucuna varmıştır. Lund (2003), İşcan ve Timuroğlu'un (2007) yaptığı çalışmada örgüt kültürü tiplerinden clan ve adhokrasi iş tatminini pozitif yönde etkilediği sonucuna ulaşmıştır. Duygulu ve Eroğlu'er'in (2006) yaptığı çalışmada ise örgüt kültürü tiplerinden destek, iletişim, kimlik tipleri ile iş tatmini arasında anlamlı bir ilişkiye ulaşmıştır. Ayrıca iş tatmini ile başarı arasındaki ilişkide, örgütsel ve bireysel başarıda iş tatminin etkili rol oynadığı ifade edilmiştir (Akıncı, 2002; Kök, 2006). Bu çerçevede oluşturulan hipotezler.

H₁: Örgüt kültür tiplerinden başarı kültürü ile iş tatmini arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır.

H₂: Örgüt kültür tiplerinden destek kültürü ile iş tatmini arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır.

İş Tatmini

Örgüt kültüründe olduğu gibi iş tatmininde de farklı yaklaşımlar nedeniyle farklı tanımlamalar yapılmaktadır. İş tatmini, iş ve iş görenin özellikleri arasındaki ilişkiden ortaya çıkan hoşnut olma durumudur (Akıncı, 2002). Locke (1976) iş tatminini kişinin yaptığı işin değerlendirilmesi sonucu ortaya çıkan duygusal hoşnutluk durumu olarak ifade etmiştir (Dunnette,1976). Son olarak Brief (1998) iş tatminini ve önemini şu şekilde özetlemiştir:

Eğer kişi işiyle ilgiliyse, adil bir ücret alıyorsa, terfi etme imkanı varsa, patronu tarafından destekleniyorsa, iş arkadaşları dost canlısı ise bu durumdaki bir kişinin işinden tatmin olduğu söylenebilir (Mozes ve ark.,2011).

Luthans iş tatminin üç önemli boyutu olduğunu öne sürmüştür. Bunlar;

-İş tatmini, bir iş durumuna duygusal yanıtıdır. Bu özelliğinden dolayı gözlenemez, sadece ifade edilebilir.

-İş tatmini, kazançlar ile beklentiler arasındaki ilişkiye bağlıdır. Çalışan için önemli olan beklentilerinin ne kadarının karşılandığı veya kazancın ne derecede olduğudur.

-İş tatmini, birbiriyle ilişkili çeşitli tutumları temsil eder. Bunlar işin kendisi, ücret, terfi olanakları, yönetim tarzı, çalışma arkadaşları vb.dir (Akt. Şeker ve ark.,2016).

İş tatmini çalışanların işe karşı tutumu sonucu oluşur. Bu bağlamda iş tatmini, çalışanların işlerine karşı pozitif tutum sergilemesi olarak ifade edilebilir. Örgütsel özdeşleşmesi daha güçlü olan çalışanlar özdeşleşmesi zayıf olanlara göre işlerinden tatmin olabilirler. Bu sebeple örgütsel özdeşleşme ve iş tatmini arasında bu ilişki ortaya çıkar. Diğerlerine göre daha güçlü şekilde örgütleriyle özdeşleşmiş çalışanlar kötü yönetime, ekonomik durgunluğa, kaynak kıtlığına ve kısa süreli düşük ücretlere rağmen işlerinde tatmin olabilirler çünkü özdeşleşme örgütün içine düştüğü tüm konularda bir olma duygusunu teşvik eder (Başar ve Basım, 2015).Yapılan çalışmalarda iş tatmini ve örgütsel özdeşleşme arasında ilişkinin varlığını kanıtlayan çalışmalar bulunmaktadır (Amiot ve ark., 2006; De Moura ve ark., 2009; Kwon ve ark., 2010; Loi ve ark., 2004; Sökmen ve Bıyık, 2016; Van Dick ve ark., 2004).Yapılan

çalışmalarla hipotezimizi destekleyecek, iş tatmini ve örgütsel özdeşleşme arasındaki ilişki bulunmuştur. Bu durumda hipotezimiz:

H₃: İş tatmini ve örgütsel özdeşleşme arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki vardır.

Yapılan araştırmalarda örgüt kültürünün, iş tatmini (Egan ve ark., 2004; İşcan ve Timuroğlu, 2007; Johnson ve McIntye, 1998; Lund, 2003; Silverthorne, 2004) ve örgütsel özdeşleşme arasında ilişki olduğu tespit edilmiştir (ASHE, 2005; Özgözgü, 2016; Schrodt, 2002; Tiktaş, 2012). Ayrıca iş tatmini ve özdeşleşme arasında ilişki olduğu bulgularına ulaşılmıştır (Amiot ve ark., 2006; De Moura ve ark., 2009; Kwon ve ark., 2010; Loi ve ark., 2004; Sökmen ve Bıyık, 2016; Şeker ve ark., 2016; Van Dick ve ark., 2004).

Bu sonuçla örgüt kültürü tiplerinden destek kültürü ve başarı kültürünün örgütsel özdeşleşmeye etkisinde iş tatminin aracılık rolü olabileceği düşünülmüştür. Literatürde iş tatminin aracılık rolü üstlenerek örgütsel özdeşleşme üzerinde etki ettiği farklı çalışmalar mevcuttur (Mozes ve ark., 2011) fakat daha önce örgüt kültürünün iş tatmini aracılığıyla örgütsel özdeşleşme üzerindeki etkisini inceleyen bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu eksiklik kaynaklı örgüt kültürünün örgütsel özdeşleşme üzerindeki etkisinde iş tatmini aracılık etkisini araştırmak üzere aşağıdaki hipotezler oluşturulmuştur.

H₄: Başarı kültürünün örgütsel özdeşleşme üzerindeki etkisinde iş tatmininin aracılık etkisi vardır.

H₅: Destek kültürünün örgütsel özdeşleşme üzerindeki etkisinde iş tatmininin aracılık etkisi vardır.

Örgütsel Özdeşleşme

Örgütsel özdeşleşme, sadece örgütsel davranış araştırmalarının merkezinde değil, yönetim alanında yapılan artan çalışmalarda da dikkat çekmektedir. Bu sebeple özdeşleşme örgüt ve çalışanları arasındaki ilişkinin psikolojik durumunu yansıtan bir anahtar olarak görülür. Örgütsel özdeşleşme süreci, personelin örgütün çıkarları doğrultusunda çalışmasını sağlamak açısından önemlidir. Örgütsel özdeşleşme ile çalışanların örgüt içerisinde kalma, diğer çalışanlarla iş birliği içinde olma ve bir seçimle karşılaştıklarında örgütün stratejik çıkarlarına yönelik karar alma olasılıklarını artıracaktır. Örgütün çıkarları çalışanların çıkarları haline gelecek ve çalışanlar örgütün çıkarlarını gerçekleştirmek için yoğun emek harcayacaklardır (Edwards, 2005).

Örgütler, misyonuna bağlı ve çalıştığı birimin hedeflerine ulaşmada sorumluluk alabilecek bireylerle çalışmayı arzu eder. Bu sebeple yönetim önceliği, sadece örgüte bağlı olan çalışanlar değil, aynı zamanda çalışanın benliğinin örgüt misyonuna uyumlu olmasıdır. Örgütlerinin çalışmak için iyi bir kurum olduğuna inanan örgütlerine bağlı çalışanlar, içinde buldukları ortamda, örgütlerine karşı pozitif bir tutum içinde olduklarından yeni bir işveren arama isteği oluşmaz. Mevcut çalışanların ihtiyaçlarını karşılayabilecek daha iyi bir işveren olmadığına inanırlar. Kendilerini örgütün kimliğiyle özdeşleştirmiş çalışanlar, örgütün imaj ve değerlerine ayak uydururlar (Miller ve ark., 2000). Hall, Schneider ve Nygren'e (1970) göre örgütsel özdeşleşme, örgütsel ve kişisel amaçların giderek daha fazla entegre olma veya uyumlu olma süreci olarak tanımlanmıştır (Hall ve ark., 1970).

Örgütsel özdeşleşme ile örgüt kültürü arasında ilişkiyi içeren çalışmalar kısıtlıdır. Cheney ve Tompkins (1987) iddiasına göre örgütsel özdeşleşmenin devamlılık gösteren bir süreç

olduğunu, çalışanın içerisinde bulunduğu örgüt kültürü, çalışanın algısı aracılığıyla örgüt ve çalışan arasındaki özdeşleşme düzeylerini etkileyebileceğini öne sürmüştür. Örgüt içerisinde çalışan personellerin mevcut olan örgüt kültürüne uyum sağlaması ile süreç içerisinde özdeşleşmenin gerçekleşebileceği ifade edilmiştir. Örnek vermek gerekirse prestijli bir örgütte çalışan işçinin kendine özgüveni de artacaktır (Bao ve ark., 2016). Aynı şekilde güçlü örgüt kültürlerinde sıklıkla aşırı özdeşleşmiş çalışanların arttığı buda aşırı işine bağlı çalışanların artmasını sağlayabileceği ifade edilmiştir (Pepper ve Larson, 2006). Bu bağlamda yapılan çalışmalarda Schrodrt' un (2002) bir perakende satış şirketinde 31 farklı bölgedeki 76 çalışan üzerinde yaptığı araştırmasında örgüt kültürü ve özdeşleşme arasında önemli bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır. Ayrıca yapılan farklı çalışmalarda da örgüt kültürü ile örgütsel özdeşleşme arasında pozitif yönlü ilişki olduğu sonuçları elde edilmiştir (ASHE, 2005; Özgöçgü, 2016; Schrodrt, 2002; Tiktaş, 2012). Bu çerçevede oluşturulan hipotezler:

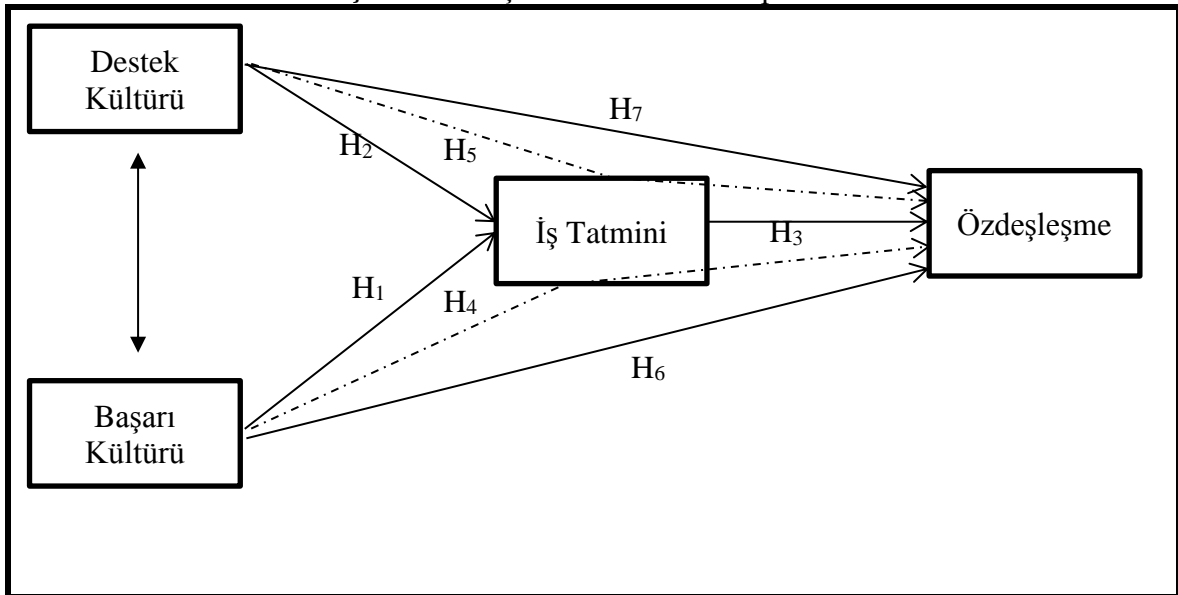
H₆: Örgüt kültür tiplerinden başarı kültürü ile örgütsel özdeşleşme arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır.

H₇: Örgüt kültür tiplerinden destek kültürü ile örgütsel özdeşleşme arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır.

YÖNTEM

Bu çalışmada örgüt kültürü tiplerinin, iş tatmini ve örgütsel özdeşleşme üzerindeki etkisinin ve bu etkide iş tatminin aracılık etkisinin belirlemeye yönelik bu çalışmada, öncelikli olarak örneklem ve ölçeklere ilişkin bilgiler verilmiştir. Daha sonra örneklemelerden elde edilen veriler kullanılarak Şekil 1'de yer alan modele ilişkin hipotezler test edilmiştir. Bu çerçevede öncelikle her bir değişkene doğrulayıcı faktör analizi (DFA) uygulanmış ardından değişkenler arası korelasyonlar hesaplanmıştır. Ardından AMOS programı aracılığı ile hipotezlerde belirlenen değişkenin aracılık etkisi belirlenmiş ve SOBEL testleri ile de irdelenmiştir. Testler ardından uyumlu modeli belirlemek amaçlı yapısal eşitlik modeli (YEM) analizleri yapılmıştır. Kuramdan ve yapılan ampirik araştırmalardan yola çıkılarak oluşturulan hipotezler ve bu kapsamda yapılandırılan araştırma modeli Şekil 1'de verilmiştir.

Şekil 1. Araştırma Modeli ve Hipotezler



Araştırma Örnekleme

Araştırmanın evrenini Ankara'daki çeşitli üniversitelere bağlı bulunan Spor Bilimleri Fakülteleri, Spor Bilimleri Bölümleri ve Beden Eğitimi ve Spor Bölümlerindeki akademisyenlerden oluşmaktadır. Evrende yaklaşık 190 akademisyen bulunmaktadır. Basit tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilen toplam 154 akademisyenden 130 kişiye anketler araştırmacı eşliğinde doldurtulmuş, 24 kişiye anket elden teslim edilmiş ve ancak 15 adet geri dönüş gerçekleşmiştir. 3 ankette ise eksik bilgiler nedeniyle değerlendirmeye alınmamıştır. Değerlendirmeye alınan anket sayısı 142 olup evrenin %74,4 'ünü temsil etmektedir.

Araştırmaya katılanların 41 kadın (%28,9), 101 erkek (%71,1), akademik derece açısından 86 öğretim üyesi (%60,6), 56 araştırma görevlisi ve öğretim görevlisi (%39,4), yaş grubu bakımından akademisyenlerin 34 yaş ve altı 52 kişi (%36,6), 35 yaş ve üstü ise 90 kişi (%63,4), yönetim görevi üstlenen akademisyenlerin sayısı ise 42 kişi (%29,6), yönetim görevi üstlenmeyen akademisyen oranı 100 kişi (%70,4)' dir.

Araştırmanın Ölçekleri

Örgütsel Kültür Ölçeği (ÖK): Pheyse'ın (1993) oluşturduğu örgüt kültürü kuramı temelinde, İpek (1999) tarafından örgütsel kültür ölçeği geliştirilmiştir. Toplamda 36 madde olan bu ölçek, "rol kültürü, güç kültürü, destek kültürü ve başarı kültürü" alt boyutlarından oluşmaktadır. Sonrasında, İra ve Şahin (2011) tarafından eğitim fakültelerindeki akademisyenler üzerinde geçerlilik güvenilirlik analizi sonucunda ölçek "güç kültürü, başarı kültürü ve destek kültürü" şeklinde üç boyuttan oluşan son halini almıştır.

İpek (1999) tarafından oluşturulup İra ve Şahin (2011) tarafından geliştirilen ölçek üç alt boyuttan ve 22 maddeden oluşmaktadır. Geliştirilen örgütsel kültür ölçeğindeki sorular "*Fakültede her şeyin bir standardı vardır*" ve "*Yanlışı kimin yaptığı değil, sonuçları tartışılır*" şeklindedir. Ölçekte cevaplar 5'li likert ölçeği ile alınmıştır (1=Kesinlikle katılmıyorum, 5=Kesinlikle katılıyorum).

Daha önce keşfedici faktör analizi yapılmış ölçeğin, AMOS paket programı ile doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Yapılan birincil seviye doğrulayıcı faktör analizi sonucunda "güç kültürü" alt boyutu madde değerlerinin düşük faktör yükleri ve diğer iki alt boyut ile düşük kovaryans değerleri nedeniyle ölçekten çıkarılmıştır. Ayrıca "destek kültürü" alt boyutunda 3 maddenin "başarı kültürü" nde ise 1 maddenin düşük faktör yüküne sahip olduğu belirlenmiştir (dk7, dk8, dk9-bk1). Bu maddeler verilerden çıkarılarak analize devam edilmiştir. Yapılan DFA sonucunda "başarı kültürü" faktör yüklerinin .73 ile .89 arasında, "destek kültürü" faktör yüklerinin ise .71 ile .85 arasında olduğu tespit edilmiştir. Ölçeğin uyum iyiliği değerleri diğer ölçeklerinki ile birlikte Tablo 1'de sunulmuştur. Yapılan güvenilirlik analizi sonucunda Cronbach alfa güvenilirlik katsayıları "başarı kültürü" .89, "destek kültürü" .90 olarak bulunmuştur.

İş Tatmini Ölçeği (İT): Araştırmaya katılan akademisyenlerin iş tatmin düzeylerinin belirlenmesi için Brayfield ve Rothe (1951) tarafından geliştirilen 5 maddelik ölçek, Bilgin (1995) tarafından Türk kültürüne uyarlanmıştır (Bilgin, 1995). Ölçek 5'li Likert tipinde olup, (1= Kesinlikle katılmıyorum, 5= Kesinlikle katılıyorum). "*İşimi çoğu zaman severek yaparım*" ve "*Mutluluğu, en çok işimdeyken buluyorum*" ifadeleri ölçekteki ifadelerdir.

Ölçeğe AMOS programı ile doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda düşük faktör yüküne sahip olduğu tespit edilen bir madde ölçekten çıkarılmıştır (it3). Yapılan DFA analizi sonucunda ölçeğin tek faktörlü yapısına uyum sağlamış ve dört maddeli ölçeğin faktör yükleri .69 ile .89 arasında değerler aldığı tespit edilmiştir. Ölçeğin uyum iyiliği değerleri

diğer ölçeklerinki ile birlikte Tablo 1’de sunulmuştur. Yapılan güvenirlik analizi sonucunda mevcut iş tatmini ölçeğinin Cronbach alfa güvenirlik katsayısı .89 olarak bulunmuştur.

Örgütsel Özdeşleşme Ölçeği (ÖÖ): Akademisyenlerin özdeşleşme seviyelerini belirleyebilmek için Mael ve Ashforth (1992)’un geliştirdiği ve 6 maddeden oluşan tek boyutlu örgütsel “özdeşleşme ölçeği” kullanılmıştır. Ölçek 5’li Likert tipinde olup, (1=Kesinlikle katılmıyorum,5= Kesinlikle katılıyorum). Ölçekte “Başka biri çalıştığım kurumu eleştirirse, bunu kişisel hakaret olarak algıladım” , “Çalıştığım kurumun başarısı benim başarımdır” şeklinde ifadeler yer almaktadır.

Ölçeğe AMOS programı ile doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda düşük faktör yüküne sahip olduğu tespit edilen iki madde ölçekten çıkarılmıştır(002,006).Ayrıca uyum iyiliği değerlerini yükseltmek adına e1 ve e2 numaralı hata terimleri arasında kovaryans oluşturulmuştur. Sonuç olarak yapılan DFA analizi sonucunda ölçeğin tek faktörlü yapısına uyum sağlamış ve dört maddeli ölçeğin faktör yükleri .54 ile .97 arasında değerler aldığı tespit edilmiştir. Ölçeğin uyum iyiliği değerleri diğer ölçeklerinki ile birlikte Tablo 1’de sunulmuştur. Mevcut araştırmada kullanılan örgütsel özdeşleşme ölçeğinin Cronbach alfa katsayısı .86 dir.

Tablo 1.Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları ve Uyum İyiliği Değerleri

| Değişkenler | CMIN/DF | GFI | CFI | AGFI | NFI | RMSA |
|------------------------------|---------|------|------|------|------|------|
| (Kabul Edilebilir İndeksler) | <5 | >.85 | >.90 | >.80 | >.90 | ≤.08 |
| 1.Örgüt Kültürü | 1.5 | .91 | .97 | .87 | .94 | .06 |
| 2.İş Tatmini | 1.4 | .97 | .99 | .93 | .97 | .05 |
| 3.Örgütsel Özdeşleşme | 1.9 | .99 | .99 | .93 | .99 | .08 |

BULGULAR

Araştırma sonucunda elde edilen verilere AMOS programında analizler yapılmıştır. Bu kapsamda, ilk aşamada katılımcıların algıladıkları örgütsel kültür, iş tatmini ve örgütsel özdeşleşmeye ilişkin elde edilen verilerin ortalamaları, standart sapmaları ve aralarındaki korelasyonlara bakılmıştır. Analizin ikinci aşamasında Baron ve Kenny (1986) tarafından önerilen üç aşamalı analiz süreci ile aracılık etkileri araştırılmıştır. Elde edilen aracılık bulguları Sobel testleri ile sorgulanmıştır.

Tablo 2. Verilere ilişkin Ortalama, Standart Sapma ve Korelasyon Değerleri

| | Ort. | S.S. | 1 | 2 | 3 | 4 |
|----------------------------|------|------|-------|-------|-------|-------|
| 1.Destek Kültürü (DK) | 3.28 | .75 | (.90) | | | |
| 2.Başarı Kültürü (BK) | 3.36 | .74 | .80** | (.89) | | |
| 3.İş Tatmini (İT) | 3.22 | .75 | .80** | .82** | (.89) | |
| 4.Örgütsel Özdeşleşme (ÖÖ) | 3.30 | .78 | .85** | .85** | .85** | (.86) |

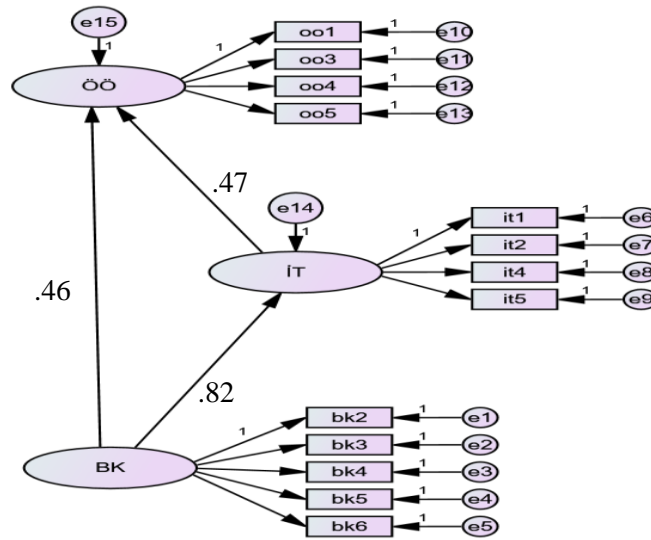
*p<.05 ** p< .01

Not: Ölçeklere ilişkin toplam Cronbach alfa katsayıları parantez içinde verilmiştir.

Destek kültürü (DK) ve başarı kültürü (BK)'nin akademisyenlerin örgütsel özdeşleşme (ÖÖ) üzerine etkisini ve iş tatmininin (İT) aracılık rolünü açıklamak amacıyla, Baron ve Kenny (1986) tarafından önerilen üç aşamalı bu yönteme göre, bağımsız değişkenin bağımlı değişken ve aracı değişken üzerinde bir etkisi olmalıdır. Aracı değişken bağımsız değişkenle birlikte regresyon analizine dâhil edildiğinde, bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki regresyon katsayısı düşerken, aracı değişkenin de bağımlı değişken üzerinde anlamlı etkisi sürmelidir. Bu kapsamda akademisyenlerin iş tatmini düzeyinin aracılık rolünü belirlemek amacıyla BK-İT-ÖÖ (Model 1), DK-İT-ÖÖ (Model 2) son olarak iki bağımsız değişken olan BK, DK-İT-ÖÖ (Model 3) AMOS programı aracılığı ile incelenmiştir. Aracılık testine ilişkin bulgular Tablo 5'de verilmektedir.

Aracılık analizinde ilk olarak Model 1'de BK'nün ÖÖ'yü ($\beta=.85$; $p<.001$), anlamlı olarak etkilediği görülmüştür. Bu sonuçla analizin ilk adım şartı sağlanmış olmuş ayrıca Hipotez 6 desteklenmiştir. İkinci adım olarak bağımsız değişken olan BK'nin aracı değişken olan İT'ye olan etkisi araştırılmıştır. Analiz sonucunda BK'nin İT'yi ($\beta=.82$; $p<.001$), anlamlı olarak etkilediği görülmüştür. Bu sonuçlar çerçevesinde Hipotez 1 desteklenmiştir. Analizin son aşamasında ise BK'nin aracılığı araştırılan İT ile beraber analize sokulmuş ve ÖÖ üzerinde etkilerine bakılmıştır. Analiz sonucunda BK'nin İT ile analize sokulmasıyla birlikte ÖÖ üzerindeki etkisi devam etmekle birlikte azalma göstermiştir ($\beta=.46$; $p<.001$). İT'nin ÖÖ üzerindeki etkisi devam etmiştir ($\beta=.47$; $p<.001$). Bu bulguyla birlikte BK'nin ÖÖ'ye etkisinde İT'nin kısmi aracılık rolü üstlendiğini göstermektedir (Şekil 2). Yapılan Sobel testi ile iş tatmininin aracılık etkisi doğrulanmıştır ($Z:6.58$, $p<.001$). Bu bulgu ile Hipotez 4 doğrulanmıştır.

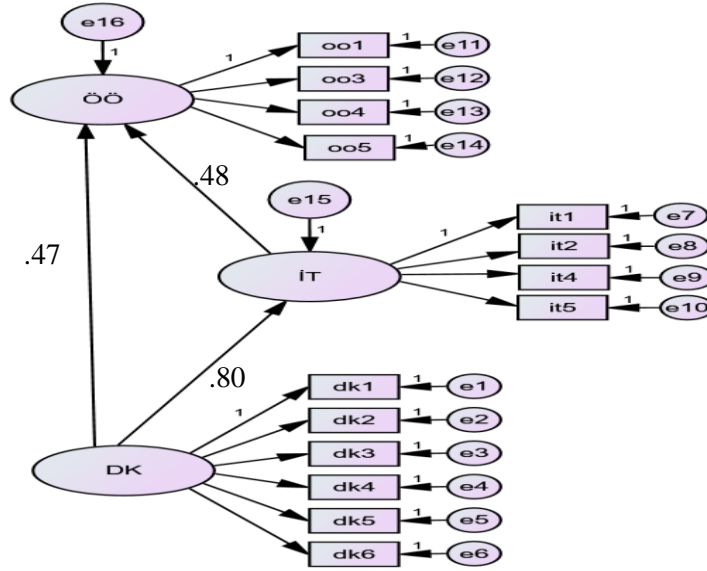
Şekil 2. Model 1 Aracılık Test Modeli



Model 2 analiz sonuçları ise, DK'nin ÖÖ'yü ($\beta=.85$; $p<.01$), anlamlı olarak etkilediği görülmüştür. Bu sonuçla analizin ilk adım şartı sağlanmış olmuş ayrıca Hipotez 7 desteklenmiştir. İkinci adım olarak bağımsız değişken olan DK'nin aracı değişken olan İT'ye olan etkisi araştırılmıştır. Analiz sonucunda DK'nin İT'yi ($\beta=.80$; $p<.001$), anlamlı olarak etkilediği görülmüştür. Bu sonuç ile Hipotez 2 desteklenmiştir. Analizin son aşamasında ise DK'nin aracılığı araştırılan İT ile beraber analize sokulmuş ve ÖÖ üzerinde etkilerine bakılmıştır. DK'nin İT ile birlikte analize sokulmasıyla ÖÖ üzerindeki etkisi devam etmekle birlikte

azalma göstermiştir ($\beta=.47$; $p<.001$). İT ‘nin ÖÖ üzerindeki etkisi ise azalma göstermekle birlikte devam etmiştir ($\beta=.48$; $p<.001$). Bu bulguyla birlikte DK’nin ÖÖ’ye etkisinde İT’nin kısmi aracılık rolü üstlendiğini göstermektedir (Şekil 3). Yapılan Sobel testi ile iş tatmininin aracılık etkisi doğrulanmıştır ($Z:7.01$, $p<.001$). Bu bulgu ile Hipotez 5 doğrulanmıştır. Ayrıca İT’nin ÖÖ üzerinde pozitif yönlü anlamlı bir etkisi vardır ($\beta=.85$; $p<.001$). Bu sonuçla Hipotez 3 doğrulanmıştır.

Şekil 3. Model 2 Aracılık Test Modeli



Yapılan analizlerde bağımsız değişkenler ayrı ayrı ele alınarak aracı değişken vasıtasıyla bağımlı değişken üzerindeki etkileri incelenmiştir. Son olarak ayrı ayrı etkileri incelenen bağımsız değişkenler birlikte analize dâhil edilmiştir. Bu model kapsamında yapısal eşitlik modeli (Model 3) oluşturulmuştur. Yapılan analiz sonuçlarına göre uyum iyiliği değerlerini yükseltmek için modifikasyon göstergeleri göz önünde bulundurularak aynı boyut içerisinde yer alan maddelere bağlı olan e18-e19 ve e8-e10 hata terimleri kovaryanslar ile birbirlerine bağlanarak uyum iyiliği değerleri son halini almıştır. Bu duruma göre yapılan iyileştirme sonucunda oluşan model ve değişkenler arasındaki regresyon katsayıları Şekil 4’de görülmektedir.

Toplam etkilere ait standardize edilmiş değerler incelendiğinde BK’nin İT’yi toplam yordama gücünün 0.53, ÖÖ’yi toplam yordama gücü ise .51 puan olduğu, DK’nin İT’yi toplam yordama gücünün 0.41, ÖÖ’yü toplam yordama gücü 0.50, İT’nin ÖÖ’yü toplam yordama gücü ise 0.47’dir (Tablo 3).

Tablo 3. Toplam Standardize Edilmiş Değerler

| | BK | DK | İT | ÖÖ |
|----|------|------|------|------|
| İT | .530 | .410 | .000 | .000 |
| ÖÖ | .518 | .503 | .478 | .000 |

Dolaylı etkilere ait standardize edilmiş değerler incelendiğinde “BK”nin “ÖÖ”yü dolaylı yordama gücünün .25, “DK”nin “ÖÖ”yü dolaylı yordama gücünün ise .19 olduğu görülmektedir (Tablo 4). Sonuç olarak iki bağımsız değişken “DK” ve “BK” birlikte modele dâhil

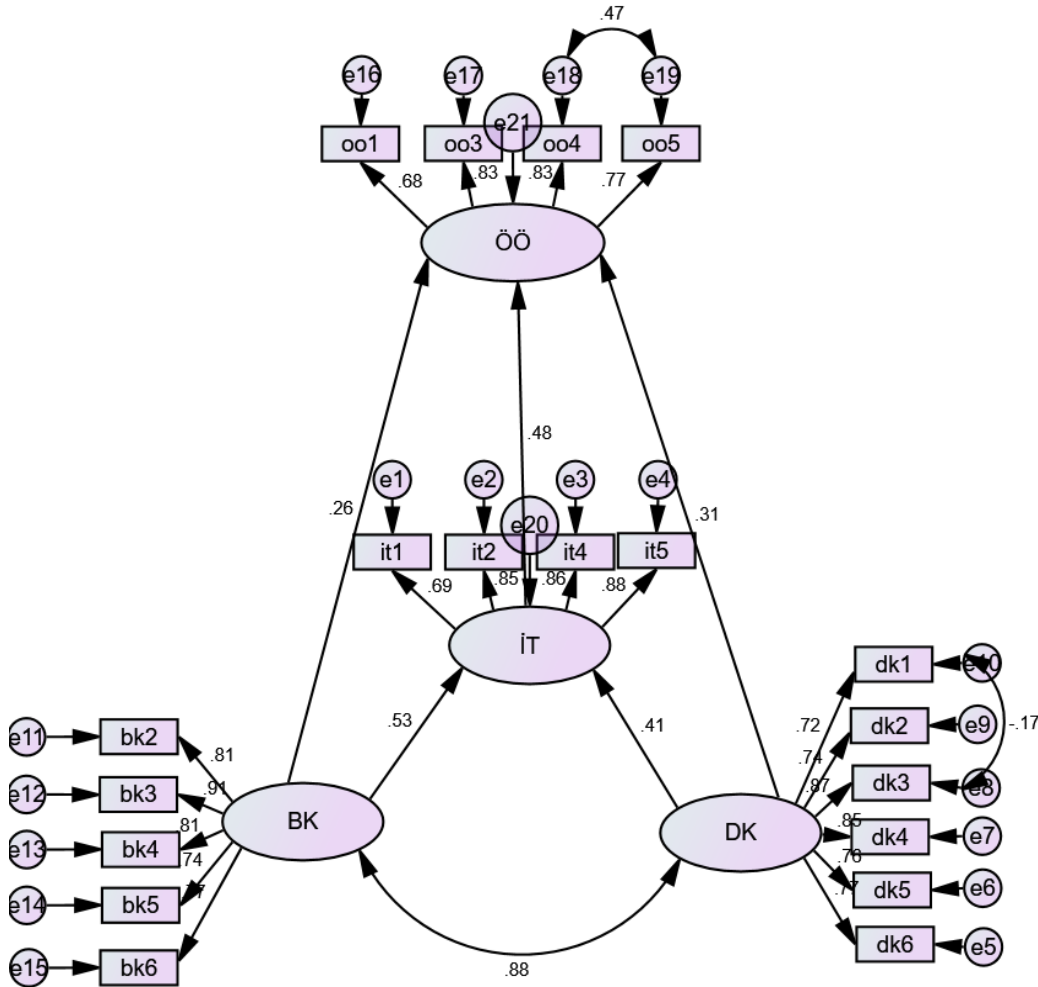
edildiğinde analiz sonucunda hem “DK”nın hem “BK”nın hem direkt olarak hem de dolaylı olarak “ÖÖ” üzerinde etkisi bulunmaktadır. Bununla birlikte BK ve DK birlikte modele dâhil edildiğinde “ÖÖ” üzerindeki etkide İT aracılık rolü üstlenmektedir.

Tablo 4. Standardize Edilmiş Dolaylı Etkiler

| | BK | DK | İT | ÖÖ |
|----|------|------|------|------|
| İT | .000 | .000 | .000 | .000 |
| ÖÖ | .254 | .196 | .000 | .000 |

Sonuçlar bir bütün olarak değerlendirildiğinde başarı kültürünün iş tatmini ($\beta=.53$; $p<.001$) ve örgütsel özdeşleşmeyi ($\beta=.26$; $p<.039$), destek kültürünün iş tatmini ($\beta=.41$; $p<.002$) ve örgütsel özdeşleşmeyi ($\beta=.31$; $p<.009$) yordadığı aynı zamanda iş tatmininin örgütsel özdeşleşmeyi yordadığı ($\beta=.48$; $p<.001$) görülmüştür (Şekil 4). Bu sonuçlarla destek kültürü ve başarı kültürünün birlikte analizi sonucunda örgütsel özdeşleşme üzerinde iş tatmininin aracılık etkisi görülmüştür.

Şekil 4. Model 3 Yapısal Eşitlik Modeli



Tablo 5.Aracı Değişken Analizi Sonuçları ve Uyum İyiliği Değerleri

| Değişkenler | CMIN/DF | GFI | CFI | AGFI | NFI | RMSA |
|------------------------------|---------|------|------|------|------|------|
| (Kabul Edilebilir İndeksler) | <5 | >.85 | >.90 | >.80 | >.90 | ≤.08 |
| 1.Model 1 | 1.9 | .88 | .96 | .83 | .92 | .08 |
| 2. Model 2 | 1.9 | .87 | .95 | .82 | .91 | .08 |
| 3.Model 3 | 1.4 | .87 | .97 | .83 | .91 | .05 |

SONUÇ

Bu araştırmada örgüt kültürü boyutlarından başarı kültürü ve destek kültürünün örgütsel özdeşleşme üzerindeki etkisinde iş tatmininin aracılık rolü incelenmiştir. Araştırmaya dâhil edilen bağımsız değişkenleri (başarı ve destek kültürü) iş tatmini ve örgütsel özdeşleşme üzerindeki etkileri AMOS programı aracılığıyla model testleri ile yapılan analizler doğrultusunda açıklanmaya çalışılmıştır. Yapılan araştırma doğrultusunda akademisyenlerin örgüt kültürü ve boyutları, iş tatmini ve örgütsel özdeşleşme ilişkilerine yönelik açıklayıcı bulgular elde edilmiştir.

Yapılan analiz sonuçları incelendiğinde örgüt kültürü alt boyutları olan başarı ve destek kültürünün, iş tatmini ve örgütsel özdeşleşme ile ilişkili olduğu, başarı ve destek kültürünün iş tatminini ve örgütsel özdeşleşmeyi pozitif ve anlamlı olarak etkilediği belirlenmiştir. Örgüt kültürü ile ilgili yapılan araştırma bulguları araştırmamız ile uyumludur (Egan ve ark., 2004; Johnson ve McIntye, 1998; Lund, 2003; Pepper ve Larson, 2006; Schrod, 2002; Silverthone, 2004; Tiktaş, 2012). Ayrıca iş tatminin örgütsel özdeşleşmeyle ilişkili olduğu ve iş tatmininin örgütsel özdeşleşmeyi pozitif ve anlamlı bir şekilde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Analiz sonuçları yapılan benzer araştırmalar ile uyumluluk göstermektedir (Amiot ve ark., 2006; De Moura ve ark., 2009; Kwon ve ark., 2010; Loi ve ark., 2004; Van Dick ve ark., 2004).

Örgüt kültürü üzerinde yapılan pek çok çalışmada örgüt kültürü ve ayrıca örgüt kültürü tiplerinin pek çok değişken (iş tatmini, örgütsel iklim, özdeşleşme vb...) üzerinde anlamlı etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan farklı çalışmalardan da (Mozes ve ark., 2011; Van Dick ve ark., 2004) yola çıkarak örgüt kültürünün aracı değişken vasıtasıyla çıktı değişkeni etkisinin yansiyebileceği düşünülmüştür. Bu düşünceden ve yapılan farklı araştırmalardan yola çıkarak örgüt kültürü tiplerinin örgütsel özdeşleşme üzerinde iş tatmini aracılık rolü araştırılmıştır. Yapılan analiz sonucunda elde edilen bulgulardan örgüt kültür tiplerinden hem başarı kültürü hem de destek kültürünün örgütsel özdeşleşme üzerindeki etkisinde iş tatminin kısmi aracılık rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çizilen üç ayrı model de de başarı ve destek kültürünün örgütsel özdeşleşme üzerinde gerek iş tatmini aracılığı ile gerekse direk etkisi görülmektedir.

Yapılan çalışmada, örneklem grubu akademisyenler olduğu için hem başarı hem de destek kültürünün sistem içerisinde etkili olduğundan bahsedilebilir. Bir kamu tüzel kişiliği şeklinde örgütlenen üniversiteler özerk yapılanmalar olduğu için hem destek kültürüne hem de başarı kültürüne yönelik bir yapıda olduğu zaten araştırmamızda da belirlenmiştir. Öncelikle akademisyenlerin gerek örgütsel özdeşleşme gerekse iş tatminini sağlamak adına destek kültürü ve başarı kültürünü benimsemesi önem arz etmektedir. Örgüt içerisindeki hâkim olan destek kültürü veya başarı kültürü hem iş tatminini hem de örgütsel özdeşleşmeyi pozitif etkilemesi açısından önemlidir. Araştırmamızda çıktı değişkeni olarak belirlenen örgütsel özdeşleşme

akademisyenlerin bireysel çıkarlar uğruna değil çalıştığı bölüm ve üniversite adına çalışma bilincinde olması ve çalıştığı kurumun çıkarları adına çaba sarf etmesi açısından en önemli değişkendir. Özdeşleşme sağlanması açısından ise iş tatmini sağlanıp, örgüt içerisinde gerekli olan hem destek kültürünün hem de başarı kültürünün oluşturulması gerekmektedir. Bu sayede organizasyonun devamlılığı, belirlenen hedeflere daha kolay ve birlikte ulaşımı ve en önemlisi bir bütün şekilde belirlenen stratejiler ve politikalar eşliğinde ilerlemesi açısından önem arz eder. Bu çalışmada değişkenler ayrı ayrı ele alınarak farklı modelleme yoluna gidilmiştir. Çizilen modellerde özdeşleşme ve tatmin adına gerekli örgüt kültürünün oluşturulması iş tatmini ve örgütsel özdeşleşmeyi etkileyeceği bu bağlamda çalışan ve örgüt arasındaki bağın artması ile örgüt etkinliğinin sağlanabileceği düşünülmektedir.

Araştırmanın sadece üniversitelerin çeşitli spor bilimleri bölümlerinde yapılması araştırmanın en önemli kısıtlılığıdır. Farklı bölümlerde veya farklı sektörlerde yapılacak araştırmalarda farklı bulgulara ulaşılabilir.

Yapılan araştırmaya ek olarak örgütsel tükenmişlik, örgütsel bağlılık, yönetsel etkililik veya lider üye etkileşimi çalışmaya dâhil edilerek iş tatminin aracılık rolü irdelenebilir.

KAYNAKLAR

- Akıncı, Z. (2002). Turizm Sektöründe İşgören İş Tatminini Etkileyen Faktörler:Beş Yıldızlı Konaklama İşletmelerinde Bir Uygulama. *Akdeniz İ.İ.B.F. Dergisi* (4), 1-25.
- Amiot, C. E., Terry, D. J., Jimmieson, N. L., Callan, V. J. (2006). A Longitudinal Investigation of Coping Processes During a Merger: Implications for Job Satisfaction and Organizational Identification. *Journal of Management*, 32(4), 552–574.
- Arnold, T., Spell, S. C. (2006). The Relationship between Justice and Benefits Satisfaction. *Journal of Business and Psychology*, 20(4), 599- 620.
- Ashe (2005). ASHE Higher Education Report. 31(2). <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/aehe.3102/epdf> (Erişim Tarihi: 26/11/2018).
- Ashkanasy, N.M., Wilderon, C.P.M., Peterson, M.F. (2011). *The Handbook of Organizational Culture and Climate*, London: SAGE Publications.
- Bao, G., Xu, B., Zhang, Z. (2016). Employees' trust and their knowledge sharing and integration: the mediating roles of organizational identification and organization-based self-esteem. *Knowledge Management Research & Practice*, 14(3), 362–375.
- Başar, U., Basım, N. (2015). Effects Of Organizational Identification On Job Satisfaction: Moderating Role Of Organizational Politics. *Yönetim ve Ekonomi*, 22(2), 663-683.
- Belias, D., Koustelios, A. (2014). Organizational Culture and Job Satisfaction: A Review, *International Review of Management and Marketing*, 4(2), 132-149.
- Cartwright, S., Baron, H. (2002). Culture and Organizational Effectiveness. *Organizational Effectiveness*, 181–200.
- Cheney, G., Tompkins, P. K. (1987). Coming to terms with organizational identification and commitment. *Central States Speech Journal*, 38(1), 1–15.
- De Moura, G. R., Abrams, D., Retter, C., Gunnarsdottir, S., Ando, K. (2009). Identification as an organizational anchor: how identification and job satisfaction combine to predict turnover intention. *European Journal of Social Psychology*, 39(4), 540–557.

- Dunnette, M. D. (1976). *Handbook of industrial and organizational psychology (1st ed.)*. Chicago: Rand McNally.
- Dutton, Jane E., Dukerich, Janet M. Ve Harquail, Celia V. (1994), “Organizational Images And Member Identification,” *Administrative Science Quarterly*, 39 (2), 239-263.
- Duygulu, E., Eroğluer, K. (2006). Örgüt Kültürünün Çalışanların İş Doyumuna Etkisi: Bir Firma Uygulaması. *D.E.Ü.İ.İ.B.F. Dergisi*, 21(2), 1-21.
- Edwards, M. R. (2005). Organizational identification: A conceptual and operational review. *International Journal of Management Reviews*, 7(4), 207–230.
- Egan, T. M., Yang, B., Bartlett, K. R. (2004). The effects of organizational learning culture and job satisfaction on motivation to transfer learning and turnover intention. *Human Resource Development Quarterly*, 15(3), 279-301.
- Eren, E. (2001). *Örgütsel Davranış ve Yönetim Psikolojisi*, İstanbul: BETA Yayıncılık.
- Findler, L., Wind, L. H., Barak, M. E. M. (2007). The Challenge of Workforce Management in a Global Society. *Administration in Social Work*, 31(3), 63–94.
- Hall, D. T., Schneider, B., Nygren, H. T. (1970). *Personal Factors in Organizational Identification*. *Administrative Science Quarterly*, 15(2), 176-190.
- Handy, C. B. (1993). *Understanding Organizations*. Oxford University Press, New York.
- Harrison, R. (1972). Understanding Your Organization's Character. *Harvard Business Review*, 50, 119-128.
- İra, N., Şahin, S. (2011). Örgüt Kültürü Ölçeğinin Geçerlilik ve Güvenirlilik Çalışması. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(1), 1-14.
- İşcan, Ö. F., Timuroğlu, M. K. (2007). Örgüt Kültürünün İş Tatmini Üzerindeki Etkisi ve Bir Uygulama. *Atatürk Üniversitesi İktisâdi ve İdarî Bilimler Dergisi*, 21 (1), 119–135.
- Jaskyte, K. (2010). An Exploratory Examination of Correlates of Organizational Culture. *Administration in Social Work*, 34(5), 423–441.
- Johnson, J. J., McIntye, C. L. (1998). Organizational Culture and Climate Correlates of Job Satisfaction. *Psychological Reports*, 82(3), 843–850.
- Jun, W., Mian, Z., Baiyin, Y. (2009). Does the traditional culture affect organizational identification? An analysis of the perception channels in organizational identification of Chinese employees. *Frontiers of Business Research in China*, 3(3), 343–361.
- Kök, S.B.(2006). İş Tatmini ve Örgütsel Bağlılığın İncelenmesine Yönelik Bir Çalışma. *İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 20(1), 291-317.
- Kwon, H.H., Han, J.K., Koh, E., Han, S.(2010). “Female Dancers’ Organizational Commitment Relationship with Organizational Identification and Job Satisfaction in Korea”, *Asian Women*, 26(3), 51-71.
- Loi, R., Hang-yue, N., Foley, S. (2004). The Effect of Professional Identification on Job Attitudes: A Study of Lawyers in Hong Kong. *Organizational Analysis*, 12(2), 109–128.
- Lund, D. B. (2003). Organizational culture and job satisfaction. *Journal of Business & Industrial Marketing*, 18(3), 219–236.
- Miller, V. D., Allen, M., Casey, M. K., Johnson, J. R. (2000). Reconsidering the Organizational Identification Questionnaire. *Management Communication Quarterly*, 13(4), 626–658.
- Mozes, M., Josman, Z., Yaniv, E. (2011). Corporate social responsibility organizational identification and motivation. *Social Responsibility Journal*, 7(2), 310–325.

- Özgözgü, S. (2016). Kurumsal İmaj, Örgüt Kültürü ve Örgütsel Özdeşleşme İlişkisi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 25(2), 581-596.
- Pepper, G. L., Larson, G. S. (2006). Cultural Identity Tensions in a Post-Acquisition Organization. *Journal of Applied Communication Research*, 34(1), 49-71.
- Phesey, Diana, C. (1993). *Organizational Cultures: Types and Transformations*. London: Routledge.
- Schein, E. H. (1990). Organizational Culture. Massachusetts Institute of Technology. *Sloan School of Management American Psychologist*, 45(2), 109-119.
- Schrodt, P. (2002). The relationship between organizational identification and organizational culture:Employee perceptions of culture and identification in a retail sales organization, *Communication Studies*, 53(2), 189-202.
- Silverthorne, C. (2004). The impact of organizational culture and person-organization fit on organizational commitment and job satisfaction in Taiwan. *Leadership & Organization Development Journal*, 25(7), 592-599.
- Sökmen, A., Bıyık, Y. (2016). Örgütsel Bağlılık, Örgütsel Özdeşleşme, Kişi-Örgüt Uyumu ve İş Tatmini İlişkisi: Bilişim Uzmanlarına Yönelik Bir Araştırma. *Bilişim Teknolojileri Dergisi*, 9(2), 221-227.
- Şeker, M., Dağ, Y., Yalçınsoy, A. (2016). *Örgüt Kültürü ve İş Tatmini Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Bir Kamu Kurumunda Uygulama*. International Journal of Innovative Strategic Social Research, 1(1), 4-10.
- Tiktaş, G. (2012). *Örgüt Kültürü, Örgütsel Özdeşleşme ve Örgütsel Sessizlik İlişkisine Yönelik Bir İnceleme*. Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Tutar, H. (2016). *Davranış Bilimleri*, Ankara: SEÇKİN Yayıncılık.
- Van Dick, R., Christ, O., Stellmacher, J., Wagner, U., Ahlswede, O., Grubba, C., ... Tissington, P. A. (2004). Should I Stay or Should I Go? Explaining Turnover Intentions with Organizational Identification and Job Satisfaction. *British Journal of Management*, 15(4), 351-360.
- Van Dick, R., Knippenberg, D., Kerschreiter, R., Hertel, G., Wieseke, J. (2008). Interactive effects of work group and organizational identification on job satisfaction and extra-role behavior. *Journal of Vocational Behavior*, 72(3), 388-399.
- Zavyalova, E., Kucherov, D. (2010). Relationship between organizational culture and job satisfaction in Russian business enterprises. *Human Resource Development International*, 13(2), 225-235.

Geliş Tarihi (Received): 03.05.2019
Kabul Tarihi (Accepted): 28.11.2019
SPORMETRE, 2019,17(4),120-133
DOI: 10.33689/spormetre.560168

BİSİKLET KULLANIMINA İLİŞKİN MOTİVASYON KAYNAKLARI ÖLÇEĞİNİN GELİŞTİRİLMESİ*

Semih KAYNAK¹, Mehmet Berkay ÖZÜNLÜ²

¹Gazi Üniversitesi, Ankara

²Sinop Üniversitesi, Sinop

Öz: Bu çalışmada yetişkinlerin bisiklet kullanımına ilişkin “fiziksel sağlık/egzersiz”, “sosyal” ve “duyuşsal” motivasyon kaynakları düzeylerini belirlemek amacıyla, amaç belirleme motivasyon kuramı temel alınarak, bir ölçek geliştirilmesi amaçlanmıştır. Ölçeğin geçerliğine ve güvenilirliğine ilişkin kanıt sağlamak amacıyla iki farklı çalışma grubu ile araştırma yürütülmüştür. Yaşları 18 ile 70 arasında değişen 45’i kadın, 260’ı erkek katılımcılardan oluşan çalışma grubu 1’de, ölçeğin faktör yapısının belirlenmesi amacıyla yapılan açımlayıcı analizi (AFA) sonucunda maddelerin özdeğeri 1’den büyük 3 faktör altında toplandığı ve toplam varyansın %57.02’sini açıkladığı görülmüştür. Çalışma grubu 1’de iç tutarlılık katsayıları sosyal alt boyutuna ilişkin .88, duyuşsal alt boyutuna ilişkin .84, fiziksel/egzersiz alt boyutuna ilişkin .81 ve ölçeğin tümüne ilişkin .90 olarak hesaplanmıştır. AFA sonucunda elde edilen yapının farklı bir örnekleme doğrulanıp doğrulanmayacağı belirlenmesi amacıyla, yaşları 18 ile 56 arasında değişen 111’i kadın, 367’si erkek katılımcılardan oluşan çalışma grubu 2’ye AFA sonucunda elde edilen 21 maddelik ölçek uygulanmıştır. Yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda AFA’da elde edilen 21 maddeden oluşan 3 faktörlü yapının doğrulandığı ve uyum iyiliği indekslerinin kabul edilebilir olduğu gözlenmiştir. Çalışma grubu 2’de iç tutarlılık katsayıları sosyal alt boyutuna ilişkin .86, duyuşsal alt boyutuna ilişkin .81, fiziksel/egzersiz alt boyutuna ilişkin .85 ve ölçeğin tümüne ilişkin .89 olarak hesaplanmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen ve sosyal (7 madde), duyuşsal (7 madde), fiziksel/egzersiz (7 madde) olmak üzere 3 alt boyut ve 21 maddeden oluşan Bisiklet Kullanımına İlişkin Motivasyon Ölçeğinin alanda kullanılabilecek geçerli, güvenilir ve kullanışlı bir ölçek olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Bisiklet kullanımı, motivasyon kaynakları, ölçek.

DEVELOPMENT OF CYCLING MOTIVATION SOURCES SCALE

Abstract: In this study, it was aimed at developing a scale to measure the cycling motivation sources of adults as physical health/exercise, social and emotional motivation based on goal setting theory. To ensure the validity and reliability of the scale the study included two separate study samples, the first of which consisted of 305 adults aging from 18 to 70. With the data gained from this first group of participants, the explanatory factor analysis is performed and three factor structure is found to explain 57.02% of the variation. As the reliability measure, internal consistency coefficients are found as .90 for the total scores of the scale, .88 for social motivation subscale, .84 for emotional motivation subscale, and .81 for physical health/exercise motivation subscale. As the second section of the study, confirmatory factor analysis is carried out to verify the factor structure of the 21-item cycling motivation scale found in the results of explanatory factor analysis. This section of the study consisted of a different group of participants aging from 18 to 56 (111 males and 367 females). In the results of analysis, the indexes of goodness-of-fit are found to support a three-factor cycling motivation scale. As the reliability coefficients, a 7-item social motivation subscale is .86, a 7-item emotional motivation subscale .81, a 7-item physical health/ exercise motivation subscale is .85 and .89 for the total scale. To conclude, the study presents the psychometric qualities of the cycling motivation sources scale as a 21-item instrument including three subscales (social, emotional and exercise) and provides evidence for the validity and reliability of the scale.

Key Words: Cycling, motivation sources, scale

*Bu çalışmanın bir kısmı "Bisiklet Kullanımına İlişkin Motivasyon Kaynakları Ölçeğinin Geliştirilmesi" başlığıyla 2018 yılında yapılan 27. Uluslararası Eğitim Bilimleri Kongresi'nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

GİRİŞ

Dünya Sağlık Örgütü (WHO) 2016 yılında yayınladığı raporda sağlıklı çevre koşulları nedeniyle her yıl yaklaşık 12.6 milyon insanın; 2017 yılında yayınladığı raporda ise çevre kirliliği nedeniyle her yıl yaklaşık 1.7 milyon çocuğun yaşamını yitirdiğini belirtmiştir. Dünya genelinde yaşanan büyük ölçekli sağlık sorunlarını dikkate alan WHO, bu sorunların çözümüne yönelik olarak 2018 yılında “Küresel Eylem Planı” yayınlamıştır. Yayımlanan üç raporda da çevre kirliliğinin azaltılması, yaşanılabilir kentler ve sağlıklı yaşam için vurgulanan ortak nokta ise *bisiklet kullanımı* olmuştur.

Sağlık, ulaşım, çevre kirliliği, yaşanabilir kentler, doğanın korunması, trafik yoğunluğunun azaltılması gibi birçok konudaki önemi göz önüne alındığında, bisiklet kullanımının yaygınlaştırılması 21.yy’da özellikle üzerine durulan bir konu haline gelmiştir. Ulaşım için düzenli olarak bisiklet kullanan 50 yaş üstü bireylerin tıbbi risk faktörlerinin daha düşük olduğu görülmüştür (Huy ve ark., 2008). Başka bir araştırmada, bisiklet kullanımının artırılması ile hava kirliliğinin ve trafik kazalarının azaldığı bulunmuştur (Rojas-Rueda ve ark., 2011).

Bisiklet kullanımının önemini fark eden birçok ülke, bisiklet kullanımının teşviki ve yaygınlaştırılması için çalışmalar yapmaya başlamıştır. Başta Hollanda, Danimarka ve Almanya olmak üzere (Pucher ve Buehler, 2008), Avustralya (Bell ve ark., 2006), Güney Afrika (Cycling South Africa, 2009) gibi birçok ülkede bisiklet kullanımının yaygınlaştırılması amacıyla çeşitli projeler yürütülmektedir. Türkiye’deki durum incelendiğinde ise, genel olarak bisiklet kullanımında Avrupa ülkelerinin gerisinde olmakla birlikte yaygınlaştırılması amacıyla çalışmaların başladığı söylenebilir. Çevre ve Şehircilik Bakanlığı 03.11.2015 tarihinde “Şehir İçi Yollarda Bisiklet Yolları, Bisiklet İstasyonları ve Bisiklet Park Yerleri Tasarımına ve Yapımına Dair Yönetmelik” yayınlamıştır. Sağlık Bakanlığı (2015) tarafından yürütülen *Fiziksel Aktivitenin Teşviki Projesi* kapsamında bisiklet kullanımının yaygınlaştırılması amacıyla 1 milyon bisiklet dağıtımı yapılmıştır. Bunların yanı sıra 2020 Dağ Bisikleti Dünya Maraton Yarışları Türkiye’nin ev sahipliğinde Sakarya’da düzenlenecektir. Devlet eliyle Türkiye genelinde yapılan çalışmaların yanı sıra, Çanakkale (Cengiz ve Kahvecioğlu, 2016), Bilecik (Bozkurt, 2016), Konya (Lorasokkay ve Ağırdir, 2011; Mert ve Öcalır, 2010), Ankara (Çeyiz ve Koçak, 2015) illerinde bisiklet kullanımının mevcut durumunu ve yaşanan sorunları ele alan akademik çalışmalar mevcuttur. Çalışmalar bir bütün olarak değerlendirildiğinde, özellikle son yıllarda bisiklet kullanımının yaygınlaştırılmasına yönelik çalışmaların artış gösterdiği görülmektedir.

Bisiklet Kullanımı ve Motivasyon

Bireylerin bisiklet kullanımının yaygınlaştırılmasında, gerekli fiziki koşulların sağlanması önemli bir aşamadır. Ancak fiziksel şartların iyileştirilmesi, bireylerin bisiklet kullanımının teşvik edilmesinde tek başına yeterli değildir (Rietveld ve Daniel, 2004). Bireyi herhangi bir edimde bulunmak üzere harekete geçirici güç olan “*motivasyon*” kavramı bu noktada önem kazanmaktadır.

Bisiklet kullanıcılarını bisiklet kullanmaya yönelten motivasyon kaynakları araştırmacıların ilgisini çeken bir konu olagelmıştır. Kruger ve arkadaşları (2016) profesyonel bisiklet kullanıcıları ile yaptıkları çalışmada “etkinliğe katılmaya yönelik

taahhütte bulunma, yaşam tarzı, başarı ve zorluk, sosyalleşme, etkinliğin uluslararası saygınlığı, beceri düzeyi ve grup üyeliği” gibi özelliklerin profesyonel bisiklet kullanıcılarının motivasyon düzeyini belirlemede etkili olduklarını bulmuşlardır. Ritchie ve arkadaşları (2010) bisiklet turistlerinin birincil motivasyon kaynağının eğlence olduğunu tespit etmişlerdir. Ardahan ve Lapa (2011) yaptıkları çalışmada “doğayla bütünleşme, sağlık, ilgi alanım olması, yeni bir çevreye girme, rahatlamak” gibi özelliklerin bireyleri bisiklet kullanmaya motive eden nedenler arasında olduğunu belirtmişlerdir. Koçak (2016) bu bulgulara paralel şekilde, “doğayla bütünleşme, sağlık, yalnızlıktan kurtulmak, rahatlamak” gibi özelliklerin bireyleri bisiklet kullanmaya yönelten nedenler arasında olduğunu bulmuştur. Balcı ve arkadaşları (2018) bisiklet kullanan bireylerin özellikle “ulaşım, serbest zamanları değerlendirme, sağlığını koruma, sosyal çevre edinme” amacıyla bisiklet kullandıklarını ortaya koymuşlardır. Bisiklet kullanıcılarının motivasyon kaynaklarına ilişkin yapılan nitel çalışmaların yanı sıra, nicel çalışmalar da literatürde yer almaktadır. Bisiklet kullanıcılarının motivasyon düzeylerini belirlemek üzere Brown ve arkadaşları (2009) “sosyal, somutluk, öz-sunum, çevreyi keşfetme, fiziksel sağlık” olmak üzere 5 bileşenden oluşan bir ölçek geliştirmişlerdir. Türk kültüründe yer alan nicel çalışmalar incelendiğinde ise Ardahan ve Mert (2014) tarafından geliştirilen “Bireyleri Bisiklet Kullanmaya Motive Eden Faktörler Ölçeği” göze çarpmaktadır. 72 maddeden oluşan ölçek, bisiklet kullanıcılarının motivasyonlarını “Doğayı, Hızı ve Mücadeleyi Hissetme; Takdir edilme, Fark Edilme ve Kendini Gösterme; “Ekolojik Duyarlılık, Farkındalık; Ulaşım; Fiziksel Aktivite ve Sağlık; Sosyalleşme; Bireyin Kendiyle Rekabeti; Uzaklaşma ve Dinlenme; Örnek Olma; Özgürlük Hissi; Özgürce Yiyebilme ve Kilo Kontrolü ve Coğrafik Uygunluk” olmak üzere 12 alt faktörde değerlendirmektedir.

Hem yurtdışında yapılan hem de Türkiye’de yapılan çalışmalar göz önüne alındığında sosyalleşmenin, mutlu olma, rahatlama gibi duyuşsal özelliklerin ve fiziksel sağlık, egzersiz yapma gibi durumların bisiklet kullanımına ilişkin amaçlar arasında sıklıkla vurgulandığı görülmektedir. Amaç belirleme kuramına göre (Locke ve Latham, 1990; 2002) amaçlar ile motivasyon arasında yakın ilişki vardır ve amaçlar bireyi motive eden en önemli itici güçtür. Bu çalışmada amaç belirleme motivasyon kuramı temel alınarak, bisiklet kullanımına ilişkin amaçlar birer motivasyon kaynağı olarak değerlendirilmiştir. İlgili literatür dikkate alındığında, bireyleri bisiklet kullanmaya motive eden nedenlerin sağlıklı olmak, egzersiz yapmak, sosyalleşmek ve mutlu olmak, rahatlatmak gibi duyuşsal amaçlar olduğu görülmektedir.

Son yıllarda özellikle ülkemizde de artış gösteren bisiklet kullanımının yaygınlaştırılmasına yönelik çalışmalar bireyleri bisiklet kullanmaya motive eden amaçların ve bu amaçların düzeyinin belirlenmesinin önemini göstermektedir. Streicher ve Saayman’a (2010) göre, bisiklet kullanıcılarının amaçlarını bilmediğimiz ve anlamadığımız sürece, insanları bisiklet kullanmaya teşvik eden çalışmaların etkili olması mümkün değildir.

Yapılan bu çalışmada, bisiklet kullanıcılarının sosyal, duyuşsal ve fiziksel sağlık/egzersiz boyutlarında motivasyon düzeylerini belirlemeye yönelik bir ölçek geliştirilmesi amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Ölçek Geliştirme Süreci

Gerekçe

İlgili literatür incelendiğinde, bisiklet motivasyonu ile ilgili olarak Ardahan ve Mert (2014) tarafından geliştirilen 72 madde ve 12 alt boyuttan oluşan “Bireyleri Bisiklet Kullanmaya Motive Eden Faktörler Ölçeği” yer almaktadır. Bireyleri bisiklet kullanımına yönelten motivasyon kaynakları çok çeşitli olabilmekle birlikte, bu motivasyon kaynaklarının bazı önemli başlıklar altında toplanması mümkündür. Bu çalışmada Ardahan ve Mert’in (2014) ölçeğine alternatif olarak, amaç belirleme kuramı temelinde, bisiklet kullanıcılarının sosyalleşme, fiziksel sağlık/egzersiz ve duyuşsal amaçlarına dayalı olarak daha ekonomik ve kullanışlı özelliklere sahip bir ölçeğin geliştirilmesi amaçlanmıştır.

Kavramsal Çerçeve

Bireyleri bisiklet kullanmaya motive eden faktörler araştırılırken, ilk olarak motivasyon kuramları incelenmiş ve kuramsal temel oluşturulmuştur. Bisiklet kullanımına ilişkin nedenlerin ve amaçların araştırıldığı birçok çalışma göz önüne alındığında, amaç belirleme kuramının bisiklet kullanıma ilişkin motivasyon kaynaklarını açıklamada etkili olduğu görülmüş ve bu nedenle kuramsal olarak amaç belirleme teorisi temel alınmıştır. Bu temel üzerinden, bireyleri bisiklet kullanmaya motive eden özellikler fiziksel sağlık/egzersiz, duyuşsal ve sosyal olmak üzere üç boyutta kavramsallaştırılmıştır. Tablo 1’de, kavramsal çatıya ilişkin olarak, boyut, boyuta ilişkin kaynaklar ve boyutun tanımı yer almaktadır.

Tablo 1. Kavramsal Çerçeve

| Alt Boyut | Kaynak | Tanım |
|-----------------------------|--|---|
| Fiziksel Sağlık Egzersiz | Ardahan ve Mert (2014) Ardahan, ve Lapa (2011) Balci, Özbek, Koçak ve Çeyiz (2018) Koçak (2016) Brown, O’Connor ve Barkatsas (2009) LaChausse, (2006) | Bisikleti fiziksel sağlığı geliştirmek, egzersiz amaçlı kullanmayı ifade etmektedir. Bu boyut kilo kontrolü, fit olmak, zinde olmak gibi özelliklerle karakterize edilir. |
| Duyuşsal | Ardahan ve Lapa (2011) Koçak, F. (2016) Brown, O’Connor ve Barkatsas (2009) Ritchie, Tkaczynski ve Faulks (2010) | Bisikleti duyuşsal tatmin amacıyla kullanmayı ifade etmektedir. Mutlu olmak, rahatlamak, sorunlardan uzaklaşmak gibi özellikler ile karakterize edilir. |
| Sosyal | Ardahan ve Mert (2014) Ardahan, ve Lapa (2011) Balci, Özbek, Koçak ve Çeyiz (2018) Koçak (2016) Brown, O’Connor ve Barkatsas (2009) LaChausse, (2006) | Bisikleti sosyalleşmek amacıyla kullanmayı ifade etmektedir. Yeni arkadaşlar edinmek, sosyal çevreyi genişletmek, arkadaşlarla bir arada zaman geçirmek gibi özellikler ile karakterize edilir. |

Ölçek Maddelerinin Oluşturulması

Kavramsal çerçevenin oluşturulması ve ölçülecek özelliklerin tanımlanmasının ardından, ilgili özelliğin göstergesi olabilecek ifadelerden 53 maddelik madde havuzu oluşturulmuştur. Madde havuzunda yer alan ifadeler yazarlar tarafından incelenerek 40 madde belirlenmiş ve uzman görüşüne sunulmuştur. Alan uzmanı olarak beden eğitimi alanında iki uzmandan, ifadelerin bisiklet motivasyon kaynaklarının bir göstergesi olup olmadığına ilişkin görüşler alınmıştır. Ardından maddelerin motivasyon kavramına

ilişkin bir gösterge olup olmadığının belirlenmesi amacıyla psikolojik danışma ve rehberlik alanındaki üç uzmanın görüşlerine başvurulmuştur. Gelen görüşler doğrultusunda, 6 madde ölçekten çıkarılmış ve 34 maddelik form, maddelerin teknik özelliklerinin incelenmesi amacıyla ölçme ve değerlendirme alanındaki iki uzmana sunulmuştur. Son olarak maddeler Türkçe dil özellikleri açısından Türkçe eğitimi alanındaki iki uzman tarafından incelenmiş ve nihai uygulama formu oluşturulmuştur. Nihai uygulama formu oluşturulduktan sonra, ölçeğin faktör yapısının belirlenmesi amacıyla bir grup bisiklet kullanıcısı (çalışma grubu 1) üzerinde açımlayıcı faktör analizi çalışması yapılmış, ölçeğin faktör yapısı belirlendikten sonra ise farklı bir grup bisiklet kullanıcısı (çalışma grubu 2) üzerinde belirlenen faktör yapısının doğrulanıp doğrulanmadığı incelenmiştir.

Çalışma Grubu I - Açımlayıcı Faktör Analizi

Katılımcılar

Çalışma grubu ulaşılabilir örnekleme yöntemiyle erişilen 45’i kadın 260’ı erkek olmak üzere toplam 305 bisiklet kullanıcısından oluşmuştur. Çalışma grubunu oluşturan bireylerin cinsiyet ve yaşlarına ilişkin bilgiler Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2. Çalışma Grubunu Oluşturan Bireylerin Cinsiyet ve Yaşa Göre Dağılımı

| | | N | % | Yaş Ortalaması |
|----------|-------|-----|-------|-------------------|
| Cinsiyet | Kadın | 45 | 14.8 | 34.22 (Ss= 11.59) |
| | Erkek | 260 | 85.2 | |
| Toplam | | 305 | 100.0 | |

Verilerin Toplanması

Çalışmanın verilerini toplamak amacıyla araştırmacılar tarafından hazırlanan ölçek formu online form haline dönüştürülerek ülke genelindeki bisiklet gruplarıyla paylaşılmış ve aktif olarak bisiklet kullanan gönüllü bireylerin ölçek formunu doldurmaları istenmiştir. Toplamda 353 bireyden veri toplanmış, 18 yaşın altında olan 48 kişi veri setinden çıkarılmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizine başlamadan önce yanlış veri girişinin kontrolü, kayıp verilerin düzeltilmesi ve sapan değerlerin (outlier) temizlenmesi gerekmektedir (Erkuş, 2012). Veriler online form aracılığıyla toplandığından ve her maddeyi yanıtlamak zorunlu tutulduğundan veri setinde yanlış giriş ya da kayıp veri bulunmamıştır. Veri setinin normalliği incelendiğinde herhangi bir uç veya sapan değere rastlanmamıştır.

Araştırma kapsamında ölçeğin yapı geçerliğini belirlemek amacıyla öncelikle veri setinin faktör analizine uygunluğu Kaiser-Meyer Olkin (KMO) katsayısı ve Barlett Sphericity Testi ile değerlendirilmiştir. AFA için veri seti normal dağılım sağladığından (Fabrigar, Wegener, MacCallum ve Strahan, 1999) ve faktörler arası ilişki bulunduğundan (Costello ve Osborne, 2005) “En Çok Olabilirlik” (Maximum Likelihood) ve eğik döndürme tekniklerinden biri olan “Promax” tekniği kullanılmıştır. Bu teknik kullanılırken Fabrigar vd.’nin (1999) önerisi doğrultusunda Delta Açısı 0, Kappa Katsayısı 4 alınmıştır.

Araştırma kapsamında geliştirilen ölçeğin güvenilirliğini belirlemek amacıyla boyutlar ve ölçeğin tümü için ayrı ayrı iç tutarlılık katsayıları hesaplanmıştır. Geçerlik ve güvenilirlik analizleri için SPSS 21 paket programı kullanılmıştır.

BULGULAR

Ölçeğin Geçerliliğine İlişkin Bulgular

Yapı Geçerliliği: Açımlayıcı Faktör Analizi

Bisiklet Kullanımına İlişkin Motivasyon Ölçeği'nin faktör yapısını belirlemek amacıyla öncelikle 34 maddelik ilk uygulama formu kullanılarak 305 kişilik örneklemin faktör analizine uygun olup olmadığı test edilmiştir. İlk olarak dağılımın normalliğine ilişkin kanıt sağlamak amacıyla çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiştir. Maddelere ilişkin çarpıklık katsayılarının -1.922 ve -.420 arasında; basıklık katsayılarının ise 1.992 ve -1.008 arasında değiştiği görülmüş, maddelerin normal dağılım gösterdiğine ilişkin kanıt sağlanmıştır (George & Mallery, 2010). Normallik analizi sonrasında yapılan analiz sonuçları KMO katsayısının .90 ve Barlett Sphericity Testinden elde edilen chi-square test istatistiğinin ($\chi^2=3145,136$; $p=0.00$) anlamlı olduğunu, dolayısıyla örneklemin faktör analizine uygun olduğunu göstermiştir

Örneklemin üzerinde AFA yapılmış ve birden fazla faktöre yüksek yük veren, .40'ın altında faktör yükü olan ve iki ayrı faktöre verdiği faktör yükleri arasındaki fark .15'den az olan maddeler ölçekten çıkarılmıştır (Worthington and Whittaker, 2006). Sonuç olarak kalan 21 maddenin özdeğeri 1'den büyük 3 faktör altında toplandığı ve bu üç faktörün toplam varyansın %57.02'sini açıkladığı görülmüştür. AFA sonucunda ortaya çıkan 21 madde ve 3 faktörlü ölçeğe ilişkin faktör yükleri Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3. BKİMÖ Faktör Yük Değerleri

| Madde No | FAKTÖRLER | | | |
|--------------------------|---------------|---------------|--------------|---------------|
| | Sosyal | Duyuşsal | Fiziksel | Toplam |
| M18 | ,826 | | | |
| M32 | ,816 | | | |
| M24 | ,812 | | | |
| M4 | ,786 | | | |
| M21 | ,782 | | | |
| M6 | ,681 | | | |
| M1 | ,633 | | | |
| M23 | | ,877 | | |
| M29 | | ,841 | | |
| M11 | | ,828 | | |
| M26 | | ,747 | | |
| M34 | | ,598 | | |
| M17 | | ,556 | | |
| M20 | | ,505 | | |
| M10 | | | ,867 | |
| M22 | | | ,806 | |
| M19 | | | ,682 | |
| M28 | | | ,599 | |
| M16 | | | ,585 | |
| M7 | | | ,471 | |
| M5 | | | ,439 | |
| Özdeğer | 7.734 | 2.537 | 1.703 | |
| Açıklanan Varyans | 36.831 | 12.080 | 8.110 | 57.021 |

DeVellis (2016) bir maddenin faktörde gösterilebilmesi için en az .40 faktör yüküne sahip olması gerektiğini belirtmiştir. Faktör yükleri incelendiğinde tüm maddelerin .44 ile .88 arasında değerler aldığı görülmektedir. Bu 21 madde ölçeğe ilişkin toplam varyansın %57.02'sini açıklamaktadır.

Ölçeğin Güvenirliğine İlişkin Bulgular

Ölçeğin AFA uygulamasına ait güvenilirliğini belirlemek amacıyla 3 alt boyut ve ölçeğin tümü için Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı hesaplanmıştır. Yapılan analizler sonucunda ölçeğin tümüne ilişkin iç tutarlılık katsayısı .90, sosyal alt boyutu için .88, duyuşsal alt boyutu için .84 ve fiziksel alt boyutu için ise .81 olarak bulunmuştur.

Çalışma Grubu II - Doğrulayıcı Faktör Analizi

Katılımcılar

Çalışma grubu ulaşılabilir örnekleme yöntemiyle erişilen 111'i kadın 367'si erkek olmak üzere toplam 478 bisiklet kullanıcısından oluşmuştur. Çalışma grubunu oluşturan bireylerin cinsiyet ve yaşlarına ilişkin bilgiler Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4. Çalışma Grubunu Oluşturan Bireylerin Cinsiyet ve Yaşa Göre Dağılımı

| | | N | % | Yaş Ortalaması |
|----------|--------|-----|-------|-------------------|
| Cinsiyet | Kadın | 111 | 23.2 | 33.39 (Ss= 12.88) |
| | Erkek | 367 | 76.8 | |
| | Toplam | 478 | 100.0 | |

Verilerin Toplanması

Çalışmanın verilerini toplarken AFA sonucunda elde edilen 3 alt boyut ve 21 maddelik ölçek, online form haline dönüştürülerek ülke genelindeki bisiklet gruplarıyla paylaşılmış ve aktif olarak bisiklet kullanan gönüllü bireylerin ölçek formunu doldurmaları istenmiştir.

Verilerin Analizi

AFA sonucunda ölçekte kalan maddelerin yapıya uyum sağlayıp sağlamadığını belirlemek amacıyla DFA yapılmıştır (Tabachnick ve Fidell, 2001). DFA sonucunda elde edilen uyum iyiliği indeksleri Marcoulides ve Schumacher (2001) tarafından belirlenen düzeylere göre değerlendirilmiştir.

Erkuş (2012) ölçek geliştirme çalışmalarında; maddenin hangi örtük psikolojik yapıya ait olduğunu, maddenin hangi maddelerle ne derece bir araya geldiğini, maddenin üretilme amacına hizmet etme derecesini belirlemek amacıyla madde analizi yapılması gerektiğini belirtmiştir. Bu araştırma kapsamında öncelikle madde-toplam test korelasyonları (Anastasi, 1982; Erkuş, 2012) hesaplanmış daha sonra da maddelerin üretilme amacına hizmet edip etmediğini belirlemek için alt-üst %27'lik grup (Kelley, 1939) ortalamaları karşılaştırılmıştır.

Ölçeğin DFA uygulaması örnekleme ait güvenilirliğini belirlemek amacıyla 3 alt boyut için iç tutarlılık katsayıları hesaplanmıştır. Geçerlik ve güvenilirlik analizleri için SPSS 21 ve LISREL 8.80 paket programları kullanılmıştır.

Doğrulayıcı Faktör Analizi

Ölçek geliştirme çalışmalarında AFA uygulaması sonrasında elde edilen yapının doğrulayıcı teknikler kullanılarak sınanması gerekmektedir. Bu sınama için en sık kullanılan yöntem yapısal eşitlik modellemesidir (Jöreskog, 1973). Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) de temeli yapısal eşitlik modeline dayanan tekniklerden biridir (Jöreskog, Olsson ve Wallentin, 2016; Horn, Nesselroade ve Cattell, 1988). Bu nedenle AFA

sonucunda elde edilen 3 boyut ve 21 maddelik BKİMÖ kullanılarak yeniden veri toplanmış ve 478 bireyden toplanan veriler üzerinden DFA yapılmıştır.

DFA ile yapı geçerliğinin test edilmesinde dikkat edilmesi gereken hususlardan ilki maddelerin faktör yük değerlerinin .40'ın üzerinde olmasıdır (DeVellis, 2016; Kline, 2005). Bir diğer önemli husus ise uyum iyiliği indekslerinin kabul edilebilir sınırlar içinde bulunmasıdır. DFA'ya ilişkin uyum iyiliği indekslerinin değerlendirilmesinde farklı araştırmacıların önerdiği kesme değerlere göre modelin uyum sağlayıp sağlamadığı hakkında çıkarımlar yapılabilmektedir. Bu konuda en sık kabul gören önerilerden biri de Marcoulides ve Schumacher (2001) tarafından önerilen değerlerdir. Buna göre;

- χ^2/df değerinin 5'in altında olması kabul edilebilir uyum, 3'ün altında olması mükemmel uyum,
- RMSEA ve SRMR değerlerinin 0.08'in altında olması kabul edilebilir uyum, 0.05'in altında olması iyi uyum,
- GFI ve AGFI değerlerinin .85 ile .90 arasında olması kabul edilebilir uyum, .90'ın üzerinde olması mükemmel uyum,
- NFI ve NNFI değerlerinin .90 ile .95 arasında olması kabul edilebilir uyum, .95'in üzerinde olması mükemmel uyum,
- CFI değerinin .95 ile .97 arasında olması kabul edilebilir uyum, .97'nin üzerinde olması mükemmel uyuma işaret etmektedir (Marcoulides ve Schumacher, 2001).

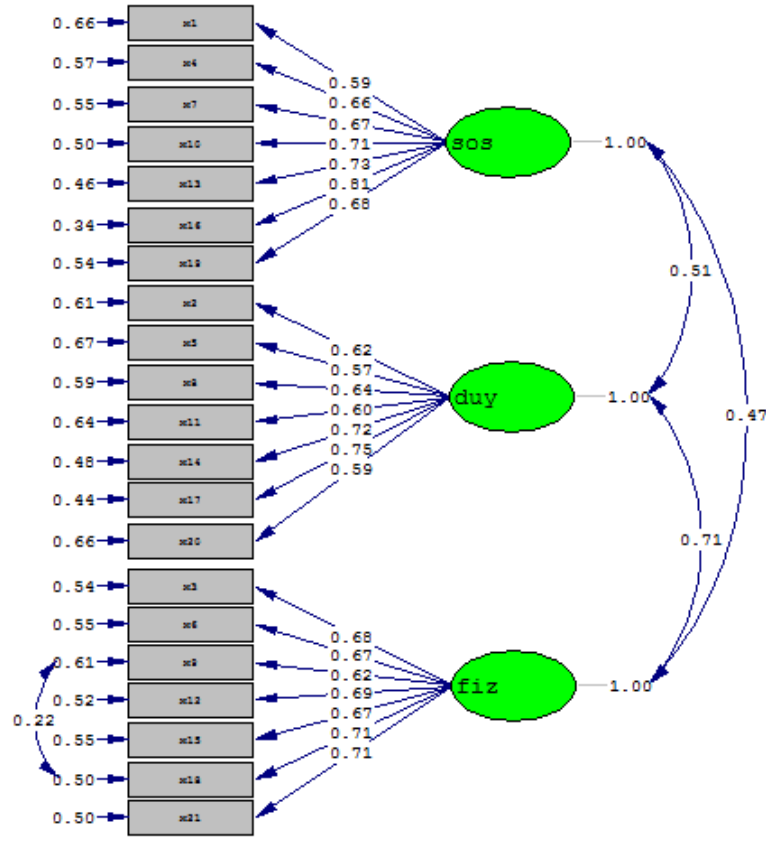
BULGULAR

478 kişilik örneklem üzerinde yapılan DFA sonucunda uyum iyiliği indekslerinden bazılarının beklenen değerlerin altında değerler aldığı gözlemlenmiştir. Bu nedenle öncelikle faktör yük değerleri incelenmiş ve tamamının .40 üzerinde değerler aldığı görüldüğünden modifikasyon önerileri incelenmiştir. İnceleme sonucunda 9. maddede yer alan “Bisiklet kullanmak kilomu kontrol altında tutmama yardımcı olur.” ve 19. maddede yer alan “Bisiklet kullanmak form tutmama yardımcı olur.” İfadelerine ilişkin modifikasyon önerisinin (M.I) oldukça yüksek olduğu gözlenmiştir. Bu değer yüksek olmasının nedeni araştırmacılar tarafından değerlendirilmiş ve çalışma grubundaki bireylerin iki maddeyi benzer algıladıkları sonucuna varılmıştır. Bu nedenle 9. ve 19. maddelere kovaryans atanarak modifikasyon kullanılmıştır.

Modifikasyon atamasından sonra yapılan analiz sonucunda elde edilen path diyagramı ve uyum iyiliği indeksleri Tablo 5'te verilmiştir;

Tablo 5. BKİMÖ Uyum İyiliği İndeksleri

| X ² | df | RMSEA | GFI | AGFI | NFI | NNFI | CFI | SRMR |
|----------------|-----|-------|-----|------|-----|------|-----|------|
| 653.59 | 185 | .073 | .88 | .86 | .94 | .95 | .96 | .056 |



Chi-Square=653.59, df=185, P-value=0.00000, RMSEA=0.073

Şekil 1. BKİMÖ'ye İlişkin Path Diyagramı

Yukarıda belirtilen Marcoulides ve Schumacher (2001) tarafından önerilen kesme değerler dikkate alındığında BKİMÖ'ye ilişkin DFA sonuçlarından elde edilen uyum iyiliği indekslerinin kabul edilebilir uyuma işaret ettiği görülmektedir. DFA sonucunda elde edilen path diyagramı Şekil-1'de verilmiştir.

Şekil 1 incelendiğinde sosyal motivasyon boyutundaki maddelerin faktör yük değerlerinin 0.59 ile 0.81 arasında, duyuşsal motivasyon boyutundaki maddelerin faktör yük değerlerinin 0.57 ile 0.75 arasında, fiziksel motivasyon boyutundaki maddelerin faktör yük değerlerinin ise 0.62 ile 0.71 arasında değiştiği gözlenmektedir. Bu bulgular genel olarak değerlendirildiğinde tüm maddelerin faktör yük değerlerinin yeterli olduğu görülmektedir (DeVellis, 2016; Kline, 2005). Özetle, uyum iyiliği indeksleri ve faktör yükleri birlikte değerlendirildiğinde BKİMÖ'nün yeterli düzeyde yapı geçerliğine sahip olduğu söylenebilir.

Madde Geçerliğine ve Madde Ayırt Ediciliğine İlişkin Bulgular

Ölçekte yer alan her bir maddenin, ölçülmek istenen özelliği ölçtüğüne kanıt sağlamak amacıyla madde-toplam test korelasyonları hesaplanmıştır. Böylelikle, maddelerin ölçülen özellik ile ilgili ilişkileri ortaya konmuştur. Ardından ölçeğin ölçülmek istenilen özelliğe sahip olan ve olmayan bireyleri birbirinden ayırt edip etmediğinin belirlenmesi amacıyla madde ayırtıcılık analizleri yapılmıştır. Ölçekten elde ettikleri toplam puanlara göre katılımcılar sıralanmış, ölçekten en yüksek puan alan %27'lik grup ile ölçekten en

düşük puan alan % 27’lik grubun madde puanları arasında fark karşılaştırılmıştır. Bu analizler sonucu elde edilen bulgular tablo 6’da sunulmuştur.

Tablo 6. Madde Geçerliğine İlişkin Bulgular

| Maddeler | Madde-Toplam Korelasyonu | | | | Alt-Üst %27’lik Grupların Karşılaştırması | | | | | |
|----------|--------------------------|-----------|------|------|---|-----|-----------|------|--------|------|
| | n | \bar{x} | Ss | r | Grup | n | \bar{x} | Ss | t | p |
| M1 | 478 | 3.80 | 1,23 | ,506 | Üst %27 | 129 | 4,72 | ,65 | 16,079 | .000 |
| | | | | | Alt %27 | 129 | 2,78 | 1,20 | | |
| M11 | 478 | 4.88 | ,35 | ,443 | Üst %27 | 129 | 4,99 | ,09 | 7,410 | .000 |
| | | | | | Alt %27 | 129 | 4,64 | ,53 | | |
| M5 | 478 | 4.74 | ,54 | ,510 | Üst %27 | 129 | 4,98 | ,12 | 10,100 | .000 |
| | | | | | Alt %27 | 129 | 4,33 | ,72 | | |
| M4 | 478 | 4.04 | 1,18 | ,462 | Üst %27 | 129 | 4,72 | ,66 | 12,233 | .000 |
| | | | | | Alt %27 | 129 | 3,20 | 1,24 | | |
| M17 | 478 | 4.63 | ,62 | ,491 | Üst %27 | 129 | 4,95 | ,23 | 11,274 | .000 |
| | | | | | Alt %27 | 129 | 4,15 | ,77 | | |
| M7 | 478 | 4.69 | ,59 | ,509 | Üst %27 | 129 | 5,00 | 0,00 | 10,654 | .000 |
| | | | | | Alt %27 | 129 | 4,26 | ,79 | | |
| M6 | 478 | 4.35 | ,97 | ,574 | Üst %27 | 129 | 4,95 | ,25 | 15,992 | .000 |
| | | | | | Alt %27 | 129 | 3,44 | 1,05 | | |
| M20 | 478 | 4.81 | ,46 | ,495 | Üst %27 | 129 | 4,98 | ,18 | 8,914 | .000 |
| | | | | | Alt %27 | 129 | 4,46 | ,64 | | |
| M10 | 478 | 4.23 | 1,02 | ,486 | Üst %27 | 129 | 4,85 | ,43 | 13,507 | .000 |
| | | | | | Alt %27 | 129 | 3,48 | 1,07 | | |
| M18 | 478 | 4.42 | ,95 | ,579 | Üst %27 | 129 | 4,98 | ,20 | 13,424 | .000 |
| | | | | | Alt %27 | 129 | 3,63 | 1,12 | | |
| M29 | 478 | 4.86 | ,40 | ,394 | Üst %27 | 129 | 4,98 | ,12 | 6,355 | .000 |
| | | | | | Alt %27 | 129 | 4,64 | ,60 | | |
| M16 | 478 | 4.59 | ,69 | ,552 | Üst %27 | 129 | 4,98 | ,15 | 12,389 | .000 |
| | | | | | Alt %27 | 129 | 4,05 | ,83 | | |
| M32 | 478 | 4.19 | 1,09 | ,641 | Üst %27 | 129 | 4,98 | ,12 | 18,704 | .000 |
| | | | | | Alt %27 | 129 | 3,09 | 1,14 | | |
| M23 | 478 | 4.88 | ,33 | ,499 | Üst %27 | 129 | 5,00 | 0,00 | 8,720 | .000 |
| | | | | | Alt %27 | 129 | 4,61 | ,50 | | |
| M19 | 478 | 4.14 | 1,03 | ,532 | Üst %27 | 129 | 4,89 | ,40 | 16,197 | .000 |
| | | | | | Alt %27 | 129 | 3,34 | 1,00 | | |
| M21 | 478 | 4.05 | 1,20 | ,660 | Üst %27 | 129 | 4,98 | ,18 | 22,334 | .000 |
| | | | | | Alt %27 | 129 | 2,79 | 1,10 | | |
| M26 | 478 | 4.73 | ,55 | ,539 | Üst %27 | 129 | 5,00 | 0,00 | 10,624 | .000 |
| | | | | | Alt %27 | 129 | 4,30 | ,75 | | |
| M22 | 478 | 4.41 | ,88 | ,523 | Üst %27 | 129 | 4,96 | ,23 | 13,201 | .000 |
| | | | | | Alt %27 | 129 | 3,78 | ,99 | | |
| M24 | 478 | 3.54 | 1,36 | ,543 | Üst %27 | 129 | 4,71 | ,75 | 18,427 | .000 |
| | | | | | Alt %27 | 129 | 2,41 | 1,20 | | |
| M34 | 478 | 4.61 | ,67 | ,456 | Üst %27 | 129 | 4,95 | ,28 | 10,104 | .000 |
| | | | | | Alt %27 | 129 | 4,19 | ,82 | | |
| M28 | 478 | 4.66 | ,64 | ,525 | Üst %27 | 129 | 4,98 | ,12 | 10,736 | .000 |
| | | | | | Alt %27 | 129 | 4,23 | ,79 | | |

Tablo 6 incelendiğinde madde-toplam korelasyonlarının her bir madde için .30 değerinden (Field, 2005) yüksek olduğu ve her bir madde için alt-üst %27’lik grup puan ortalamalarının birbirinden anlamlı olarak farklılaştığı (Kelley, 1939) görülmüştür. Bu bulgular BKİMO’nün maddelerinin, ölçeğin ölçmek istediği özellikleri yeterli düzeyde ölçtüğünü ve istenen düzeyde ayırt edici olduğuna ilişkin kanıt sunmaktadır.

Ölçeğin Güvenirliğine İlişkin Bulgular

Ölçeğin iç tutarlılığını belirlemek amacıyla her bir alt boyut için Cronbach Alpha katsayısı hesaplanmıştır. Yapılan iç tutarlılık hesaplamaları sonucunda ölçeğin iç

tutarlılık katsayılarının ölçeğin tümü için .89, sosyal alt boyutu için .86, duyuşsal alt boyutu için .81 ve fiziksel alt boyutu için .85 olduğu görülmüştür. Cronbach alfa iç tutarlılık katsayılarına ek olarak birleşik güvenilirlik [composite (CR)] hesaplanmıştır. Bu değerler sosyal alt boyutu için .867, duyuşsal alt boyutu için .831, fiziksel alt boyutu için .857 olarak bulunmuştur. Bu sonuçların 3 faktör ve 21 maddeden oluşan BKİMÖ'nün geçerlik ve güvenilirliği için yeterli kanıtı sağladığı söylenebilir (Hair ve ark., 2010).

TARTIŞMA

Bu çalışmada lojistik (Aksoy ve Gürsoy, 2017), turizm (Sağlık, Sağlık ve Kelkit, 2014; İslamoğlu, İmamoğlu ve Çavuşoğlu, 2014), ulaşım (Lorasokkay ve Ağırdır, 2011) gibi birçok alanda çeşitli amaçlarla kullanılabilen bisikletin, rekreatif amaçla kullanan bireyler için motivasyon kaynaklarının ve düzeylerinin belirlenmesi hedeflenmiştir. Bu hedef kapsamında, *amaç belirleme kuramı* (Locke ve Latham, 1990; 2002) temel alınarak, bisiklet kullanıcılarının motivasyon kaynaklarına ilişkin bir ölçek geliştirilmiş, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır. Fiziksel sağlık/egzersiz, sosyal ve duyuşsal olarak üç bileşende kavramsal çerçevesi oluşturulan bisiklet motivasyon kaynaklarının, yapılan analizler sonucunda doğrulandığına ilişkin tatmin edici bulgular elde edilmiştir.

Bisiklet kullanıcılarının motivasyon kaynakları olarak hipotezleştirilen sosyal, duyuşsal ve fiziksel egzersiz/sağlık ile ilgili özelliklerin, ölçekte ilişkili fakat birbirinden ayrı birer boyut olarak yer aldığı görülmüştür. Daha önce çeşitli araştırmacılar tarafından (Ör., Ardahan ve Mert, 2014; Brown ve ark., 2009; Koçak, 2016, LaChausse, 2006), fiziksel açıdan daha sağlıklı ve fit olmanın bireyleri bisiklet kullanmaya yönelten amaçlar arasında yer aldığı belirtilmiştir. Fiziksel amaçların yanı sıra, birçok araştırmacı (Örn., Ardahan ve Lapa, 2011; Koçak, 2016; Ritchie ve ark., 2010), bisiklet kullanımının bireyleri mutlu ettiğini bulmuşlardır. Ek olarak, özellikle rekreatif bisiklet kullanımının bireylerin sosyalleşmesinde bir araç olduğu literatürde (Ör., Ardahan ve Mert, 2014; LaChausse, 2006) yer almaktadır. Bu üç temel amaç, yapılan iki çalışma sonucunda da birbirinden farklı olmakla birlikte ilişkili birer boyut olarak ölçekte ortaya çıkmıştır. Açıklanan varyans oranları da göz önünde bulundurulduğunda (yaklaşık %57), bu üç özelliğin bisiklet kullanım amaçlarında temel oluşturduğu söylenebilir. Bireyler öncelikli olarak fiziksel açıdan sağlıklı olmak, sosyalleşmek, mutlu olmak veya pozitif duygular deneyimlemek amacıyla bisiklet kullanmaktadır. Bununla birlikte bu üç amaç birbirinden bağımsız değildir. Bir başka deyişle, öncelikli amacı sosyalleşmek olan bir bisiklet kullanıcısı aynı zamanda hem bisiklet kullanarak mutlu olmakta hem de fiziksel sağlığını arttırmayı amaçlamaktadır. Benzer şekilde, öncelikli bisiklet kullanım amacı fiziksel olarak daha sağlıklı olmak olan birey, bisiklet kullanarak sosyalleşmekte ve pozitif duygular deneyimlemektedir.

Bisiklet kullanımının öneminin fark edilmesiyle, kullanımın yaygınlaştırılması amacıyla devletler ve sivil toplum örgütleri çeşitli çalışmalar yapmaya başlamıştır. Bu yaygınlaştırma sürecinde gerekli fiziksel altyapı olanaklarının sağlanmasının yanı sıra, bireyleri bisiklet kullanmaya yönlendirecek motivasyon kaynaklarının ve bu kaynakların düzeylerinin belirlenmesi önemli bir konu olmaktadır. Motivasyon kaynakları belirlendiğinde, bireylerin bisiklet kullanımına yönelik nasıl teşvik edileceği konusunda yol haritaları oluşturulabilir. Hangi motivasyon kaynağı bireyleri bisiklet kullanımına daha çok motive ediyorsa, bisiklet kullanımının yaygınlaştırılmasına yönelik

kampanyalarda bu alanlara vurgu yapılmasının kampanyaların amacına ulaşmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın güçlü yanlarının yanı sıra birtakım sınırlılıkları da bulunmaktadır. Birincisi, bireyleri bisiklet kullanımına motive eden kaynaklar sınırsızdır. Ancak ölçek geliştirme çalışması olduğu için bu nedenler sınırlandırılmış, öncelikli olarak görülen sosyal, duyuşsal, fiziksel egzersiz/ sağlık ile ilgili özellikler ölçülmüştür. İkinci olarak ölçek yalnızca aktif şekilde bisiklet kullanan rekreatif bisiklet kullanıcılarına uygulanmıştır. Bu sebeple ölçekten elde edilen puan ortalamaları yüksek çıkmaktadır. Üçüncü olarak, ölçek yalnızca yetişkin örneklem üzerinde geliştirilmiştir. Dolayısıyla 18 yaş altı bireylerin bisiklet motivasyonu kaynaklarını belirlemeye uygun değildir. Dördüncü olarak, her iki çalışma grubunda da kadın katılımcıların oranı erkeklere oranla daha düşüktür. Özellikle çalışma grubu 1’de katılımcı kadın sayısı düşük (N=45) olduğundan, çalışma grubu 2’de kadın katılımcı sayısının artırılmasına (N=111) çalışılmıştır.

Sonuç olarak ölçeğin iki farklı örneklem grubunda test edilmesi sonucunda aynı yapıya ulaşılması ve benzer güvenilirlik katsayıları elde edilmesi ölçeğin geçerliğine ve güvenilirliğine ilişkin güçlü kanıtlar sağlamaktadır. Bir başka deyişle, ölçeğin yetişkin bisiklet kullanıcılarının kullanım amaçlarına ilişkin yapılacak ölçmelerde geçerli ve güvenilir bir araç olarak kullanılabileceği söylenebilir.

KAYNAKLAR

- Aksoy B., Gürsoy M. (2017). Lojistikte sürdürülebilir yaklaşımlar: bir yeşil lojistik Uygulaması olarak alternatif yük taşımacılığı örnekleri. *Transist 2017 Bildiri Kitabı*, 25-32.
- Anastasi A. (1982). *Psychological testing*.(6.b.). Macmillan: New York.
- Ardahan F., Lapa T. Y. (2011). Açık alan rekreasyonu: bisiklet kullanıcıları ve yürüyüşçülerin doğa sporu yapma nedenleri ve elde ettikleri faydalar. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(1), 1327-1341.
- Balcı V., Özbek O., Koçak F., Çeyiz S. (2018). Determination of the constraints of bicycle use in urban life Kent yaşamında bisiklet kullanım engellerinin belirlenmesi. *Journal of Human Sciences*, 15(1), 35-50.
- Bell A. C., Garrard J., Swinburn B. A. (2006). Active transport to work in Australia: is it all downhill from here?. *Asia Pacific Journal of Public Health*, 18(1), 62-68.
- Bozkurt H. (2016). Bisiklet ulaşımı planlaması Bilecik örneği. *Düzce Üniversitesi Bilim ve Teknoloji Dergisi*, 4(2), 625-633.
- Cengiz T., Kahvecioğlu C. (2016). Sürdürülebilir Kent Ulaşımında Bisiklet Kullanımının Çanakkale Kent Merkezi Örneğinde İncelenmesi. *JOTAF/Tekirdağ Ziraat Fakültesi Dergisi*, 13(2), 55-66.
- Costello A. B., Osborne J. W. (2005). Best practices in exploratory factor analysis: Four recommendations for getting the most from your analysis. *Practical Assessment, Research Evaluation*, 10(7), 1-9.
- Cycling South Africa. (2009). *Participation in cycling: BMI independent study*. http://www.cyclingsa.com/App_Resources/Uploads/FILE00001459.pdf adresinden erişilmiştir.
- Çeyiz S., Koçak F. (2015). Ankara İli’nde bisiklet kullanan bireylerin karşılaştıkları sorunlar ve çözüm önerileri. *Mediterranean Journal of Humanities*, 2, 203-221.
- DeVellis R. F. (2016). *Scale development: Theory and applications* (26.b.). Washigton: Sage.

Dünya Sağlık Örgütü. 2016. An estimated 12.6 million deaths each year are attributable to unhealthy environments. <https://www.who.int/news-room/detail/15-03-2016-an-estimated-12-6-million-deaths-each-year-are-attributable-to-unhealthy-environments> adresinden erişilmiştir.

Dünya Sağlık Örgütü. 2017. The cost of a polluted environment: 1.7 million child deaths a year. <https://www.who.int/news-room/detail/06-03-2017-the-cost-of-a-polluted-environment-1-7-million-child-deaths-a-year-says-who> adresinden erişilmiştir.

Dünya Sağlık Örgütü. 2018. Küresel Eylem Planı, <https://www.who.int/news-room/detail/04-06-2018-who-launches-global-action-plan-on-physical-activity> adresinden erişilmiştir.

Erkuş A. (2012). Psikolojide ölçme ve ölçek geliştirme. *Ankara: Pegem Akademi*.

Fabrigar L. R., Wegener D. T., MacCallum R. C., Strahan E. J. (1999). Evaluating the use of exploratory factor analysis in psychological research. *Psychological Methods*, 4(3), 272-299.

Field A. (2005). *Discovering statistics using IBM SPSS Statistics*. London: Sage.

George D., Mallery M. (2010). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference, 17.0 update*. Boston: Pearson.

Hair J. F., Black W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E. (2010). *Multivariate Data Analysis*. Electronic Book: Prentice Hall.

Horn J. L., Nesselroade J. R., Cattell R. B. (1988). *Handbook of multivariate experimental psychology*. New York: Springer.

Huy C., Becker S., Gomolinsky U., Klein T., Thiel A. (2008). Health, medical risk factors, and bicycle use in everyday life in the over-50 population. *Journal of aging and physical activity*, 16(4), 454-464.

İslamoğlu İ., İmamoğlu A., Çavuşoğlu G. (2014). Verçenik Yaylası'nın alternatif turizmi ve rekreasyonel faaliyetlerinin belirlenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport*, 2(Special Issue 2), 271-282.

Jöreskog K. G. (1973). Analysis of covariance structures. P. R. Krishnaiah (Ed.) *Multivariate analysis—III* içinde (ss. 263-285). New York: Academic.

Jöreskog K. G., Olsson U. H. Wallentin F. Y. (2016). *Multivariate analysis with LISREL*. New York: Springer.

Kelley T. L. (1939). The selection of upper and lower groups for the validation of test items. *Journal of educational psychology*, 30(1), 17-24.

Kline T. J. B. (2005). *Psychological testing: A practical approach to design and evaluation*. Thousand Oaks: Sage.

Kyle G. T., Absher J. D., Hammitt W. E., Cavin J. (2006). An examination of the motivation-involvement relationship. *Leisure Sciences*, 2(6), 467-485.

LaChausse R. G. (2006). Motives of competitive and non-competitive cyclists. *Journal of sport behavior*, 29(4), 304-314.

Locke E. A., Latham G. P. (1990). *A theory of goal setting task performance*. Englewood Cliffs, NJ, US: Prentice-Hall, Inc.

Locke E. A., Latham G. P. (2002). Building a practically useful theory of goal setting and task motivation: A 35-year odyssey. *American psychologist*, 57(9), 705-717.

Lorasokkay M. A., Ağırır, M. L. (2011). Konya kentiçi ulaşımında bisiklet. *Engineering Sciences*, 6(4), 870-881.

Marcoulides G., Schumacher R. (2001). *New developments and techniques in structural equation modeling*. London: Lawrence Erlbaum.

Mert K., Öcalir E. V. (2010). Konya'da bisiklet ulaşımı: planlama ve uygulama süreçlerinin karşılaştırılması. *METU Journal of the Faculty of Architecture*, 27(1), 223-240.

Pucher J., Buehler R. (2008). Making cycling irresistible: lessons from the Netherlands, Denmark and Germany. *Transport reviews*, 28(4), 495-528.

Rietveld P., Daniel V. (2004). Determinants of bicycle use: do municipal policies matter?. *Transportation Research Part A: Policy and Practice*, 38(7), 531-550.

Ritchie B.W., Tkaczynski A., Faulks P, (2010). Understanding the motivation and travel behavior of cycle tourists using involvement profiles, *Journal of Travel Tourism Marketing*, 27(4), 409-425.

Rojas-Rueda D., de Nazelle A., Tainio M., Nieuwenhuijsen M. J. (2011). The health risks and benefits of cycling in urban environments compared with car use: health impact assessment study. *Bmj*, 343, 1-8.

Sağlık Bakanlığı (2015). Fiziksel Aktiviteyi Teşvik Projesi 2015-2018. <https://www.saglik.gov.tr/TR,3459/fiziksel-aktiviteyi-tesvik-projesi-2015-2018-8052015.html> adresinden erişilmiştir.

Sağlık A., Sağlık E., Kelkit A. (2014). Bisiklet turizmi açısından Gelibolu Yarımadası Tarihi Milli Parkı'nın incelenmesi. *Uluslararası Sosyal ve Ekonomik Bilimler Dergisi*, 4(1), 84-90.

Streicher H., Saayman M. (2010). Travel motives of participants in the Cape Argus pick n pay cycle tour. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*, 32(1), 121-131.

T.C. Çevre ve Şehircilik Bakanlığı, 2017. Şehir içi Bisiklet Yolları Kılavuzu. İstanbul: Matsis. <http://webdosya.csb.gov.tr/db/meslekihizmetler/ustmenu/ustmenu1010.pdf> adresinden erişilmiştir.

Tabachnik B. G., Fidell S. L. (2013). Multicollinearity and singularity. *Using multivariate statistics*. Boston: Pearson Education Inc, 2(13), 88-91.

Worthington R. L., Whittaker T. A. (2006). Scale development research: A content analysis and recommendations for best practices. *The Counseling Psychologist*, 34, 806 – 838.

Geliş Tarihi (Received): 09.05.2019
Kabul Tarihi (Accepted): 08.11.2019
SPORMETRE, 2019,17(4),134-142
DOI: 10.33689/spormetre.562545

FUTBOLCULARDA 8 HAFTALIK STATİK GERME ANTRENMANLARININ SIÇRAMA PERFORMANSINA ETKİLERİ*

Burak Çağlar YAŞLI¹, Recep Sürhat MÜNİROĞLU¹
¹ Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Öz: Bu araştırmanın amacı, sekiz haftalık statik germe antrenmanlarının sıçrama performansına etkilerinin incelenmesidir. Araştırmaya 18 erkek amatör futbolcu (yaş: 21,78±4,25yıl; boy: 180,11±6,38cm; vücut ağırlığı: 76,19±7,73kg) gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcıların esneklik, dikey sıçrama yükseklikleri ve yatay sıçrama mesafeleri sırası ile; Otur Eriş Testi (OET), Countermovement Jump (CMJ) protokolü ve Durarak Uzun Atlama Testleri (DUAT) kullanılarak ölçülmüştür. İlk ölçümlerin ardından, katılımcılar rastgele, germe (n=10) ve kontrol (n=8) grupları olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. Germe grubuna (GG), sekiz hafta boyunca haftanın üç günü, statik germe antrenmanları uygulanmıştır. Sekiz haftalık germe antrenmanlarının tamamlanmasından sonra, aynı ölçümler benzer sıra ile tekrarlanmış ve ön testler ile aradaki farklar değerlendirilmiştir. Elde edilen verilerin analizinde, grup içi farklılıkların belirlenmesinde bağımlı örneklem t testi, gruplar arası farklılıkların belirlenmesinde bağımsız örneklem t testi kullanılmıştır (p<0.05). Araştırma bulgularında, (GG) ön ve son test esneklik değerleri (30,60±4,78cm; 33,90±3,14cm) ve yatay sıçrama mesafelerinde (206,38±19,93 cm; 210,25±19,47 cm) istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir (p<0,05). Gruplar arası yapılan istatistiksel analizlerde ise anlamlı fark bulunamamıştır (p>0,05). Sonuç olarak, amatör futbolcularda kronik germe egzersizleri sıçrama kuvvetini olumlu etkilemektedir. Gelecekte yapılacak araştırmalarda, bu etkilerin fizyolojik ve metabolik temelini oluşturan mekanizmalar araştırılabilir.

Anahtar Sözcükler: Esneklik, Futbol, Sıçrama Performansı, Statik Germe

THE EFFECTS OF 8 WEEKS STATIC STRETCHING TRAINING ON JUMPING IN SOCCER PLAYERS

Abstract: The aim of this study was to investigate the effects of eight weeks static stretching training on jumping. 18 male amateur soccer players (age:21,78±4,25 year; height: 180,11±6,38 cm; weight: 76,19±7,73) were voluntarily participated to study. Subjects were randomly divided into two groups as stretching (n=10) and control (n=8). Flexibility, horizontal jump distance and vertical jump length were determined using Sit and Reach Test, Standing Long Jump Test and Countermovement Jump technique respectively. Following pre test, stretching group performed static stretching programme three days a week for eight weeks which consisting of ten static stretches that were designed to improve subjects flexibility and include jumping muscles. Following eight weeks static stretching programme, similar measurements were completed. In order to analyze gathering data, Paired t test was used for determination of intragroups differences and Independent t test was used for determination of intergroups differences.(p<0.05) There were statistically significant differences between pre and post test flexibility measurements (30,60±4,78; 33,90±3,14 cm) and horizontal jump distance (206,38±19,93; 210,25±19,47 cm) for stretching groups (p<0,05). Yet, there were no statistical differences between groups comparison (p>0,05) To conclude, performed long-term stretching programmes could effect positively on jumping in amateur soccer players. However this study couldnt explore the underlying mechanism of how this effect occurred. Future researches about long-term static stretching effects on maximal muscular performances will warranted to illustrate exact physiologicals and metabolics mechanism for those effects.

Keywords: Flexibility, Jumping, Soccer, Static Stretching,

**Bu araştırma, Burak Çağlar Yaşlı'ya ait yüksek lisans tezinden özetlenmiştir ve 31-05-2017-02-06-2017 tarihleri arasında, Fransa'nın Rennes şehrinde düzenlenen Dünya Bilim ve Futbol Konferansında (World Conference on Science and Soccer) poster bildirisi olarak sunulmuştur.*

GİRİŞ

Futbolun doğası gereği, oyun içinde sık sık alt ekstremitenin aktif kullanımını gerektiren hareketler yapılır. Sporcuların performansı, önemli derecede bu ekstremitelerin patlayıcı kuvvetinden etkilenmektedir (Frantz ve Ruiz, 2011). Sıçrama kuvveti, alt ekstremitte patlayıcı kuvvet göstergelerindedir ve bu kuvvet, harekette rol alan kasların esnekliği, bacak kas kuvveti ve sıçrama tekniği gibi birçok faktöre göre değişiklik gösterebilir (Bryne ve Aston, 2002; Yeşil, 2011). Bu bağlamda sıçrama kuvvetinin, akut ya da kronik olarak yapılacak esneklik antrenmanlarından ya da başka bir ifadeyle, harekete katılan kasların hareket genişliğinin artırılmasından nasıl etkileneceği merak konusu olmaktadır.

Esneklik antrenmanlarının içeriğini germe egzersizleri oluşturur. Germe egzersizleri ile kas ve eklemlerde hareket genişliğinin artırılması amaçlanır ve artan hareket genişliğine bağlı olarak, sporcuların hareketleri optimal seviyede sergilemesi beklenir. Bu amaçlar doğrultusunda, germe egzersizleri yıllardır futbol antrenman rutini içerisinde sıkça yaptırılmaktadır. Ancak son yıllarda, statik germe egzersizlerinin, patlayıcı kuvvet gerektiren aktivitelerde, güç üretimini olumsuz etkilediğini rapor eden araştırmalar mevcuttur (Amiri ve ark., 2011; Behm ve ark., 2007; Bradley ve ark., 2007; Hough ve ark., 2009). Church ve ark., (2001) tarafından yapılan araştırma sonuçlarına göre, statik germelerin akut olarak dikey sıçrama performansını olumsuz etkilediği bulgulanmıştır. Germe egzersizleri, uzunluk-gerim ilişkisini ve kas refleks hassasiyetini değiştirerek kastaki güç üretimini düşürebilmektedir (Amiri ve ark., 2011). Ancak, yapılan germenin türü, süresi, yoğunluğu, sıklığı, germe egzersizleri sonrasında sergilenecek hareket ve germe ile o hareket arasındaki süre gibi birçok etmenin, bu egzersizlerin metabolizma üzerindeki etkilerini değiştirebileceği unutulmamalıdır. Nitekim statik germe egzersizleri sonrası, güç üretimindeki azalmanın 15-20 dakika sürebileceği, daha sonra bu etkilerin kaybolabileceğini belirten araştırmalar mevcuttur (Alemdaroğlu ve ark., 2012; Bradley ve ark., 2007). Başka bir araştırmada, genç futbolcularda yüksek hamstring esnekliğinin, dikey sıçrama performansını %10.49, 'sprint performansını %4.09, çeviklik performansını %4.11 ve topa vurma hızını 6.86' lara kadar artırdığı rapor edilmektedir (Garcia ve ark., 2015). Bunun yanı sıra, statik germe uygulamalarının, kronik olarak kuvvet üretimini olumlu etkilediğini gösteren araştırmalar da mevcuttur (Hunter ve Marshall, 2002; Kokkonen ve ark., 2007). 38 üniversite öğrencisi ile yapılan bir araştırmada, 10 hafta boyunca, haftada 3 gün uygulanan, 15 statik germe egzersizinin, dikey sıçrama yüksekliğini %6.7, yatay sıçrama mesafesini %2.3, 1 maksimum diz fleksör kuvvetini %30.4, bir maksimum diz ekstansör kuvvetini %15.3 artırdığı rapor edilmektedir (Kokkonen ve ark., 2007). 50 spor geçmişi olan erkek üzerinde yapılmış olan başka bir araştırmada ise, 10 haftalık statik germe antrenmanlarının, *countermovement jump* performansını artırdığı bulgulanmıştır (Hunter ve Marshall, 2002).

Araştırma sonuçlarına bakıldığında, germe egzersizlerinin metabolizmada akut ve kronik olarak farklı etkiler yaratabileceği görülmektedir. İlaveten, yapılan araştırmalar arasında popülasyon farklılıkları mevcuttur. Bu durum sonuçların, futbolcu popülasyonu üzerinde yorumlanmasını zorlaştırmaktadır. Nitekim yapılan literatür taramasında, germe egzersizlerinin patlayıcı kuvvet üzerine kronik etkileri ile ilgili futbolcularda yapılmış herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır.

Bu bilgiler ışığında araştırmanın amacı, amatör futbolcularda yapılan sekiz haftalık statik germe egzersizlerinin sıçrama performansına etkilerinin incelenmesidir. Araştırmanın hipotezi, futbolcularda yapılan kronik statik germe antrenmanlarının, dikey sıçrama yüksekliği ve yatay sıçrama mesafelerini artıracığı yönündedir.

YÖNTEM

Katılımcılar

Araştırmaya, Ankara Orman Spor amatör futbol takımında lisanslı futbol oynamayı sürdüren, haftada en az üç gün antrenman yapan, 22 amatör erkek futbolcu gönüllü olarak katılmıştır. İlk ölçümlerin ardından 4 katılımcı çeşitli nedenlerle (sakatlık, son ölçümlere katılmama, kendi isteğiyle bırakma) araştırmayı tamamlayamamıştır. Bu yüzden toplam 18 oyuncu (yaş ortalamaları 21,78±4,2yıl, boy ortalamaları 180,11±6,38cm, vücut ağırlığı ortalamaları: 76,19±7,73kg) araştırmaya dahil edilmiştir. Katılımcılara araştırma protokolü ve dizaynı anlatılmış, araştırma sırasında karşılaşılabilecekleri riskler belirtilerek, araştırmaya dahil olmak istemeleri halinde gönüllü olur formu doldurmaları istenmiştir. Araştırma, Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır. (Karar no: 06-250-16)

Araştırma Dizaynı

Katılımcıların aynı gün içerisinde, vücut kompozisyon ölçümlerinin tamamlanmasının ardından, sırasıyla, esneklik, yatay sıçrama mesafeleri ve dikey sıçrama yükseklikleri ölçülmüştür. Ölçümlerin ardından katılımcılar rastgele, germe grubu (GG) ve kontrol grubu (KG) olmak üzere iki farklı gruba ayrılmıştır. GG, sekiz hafta boyunca, haftada üç gün, 48 saat ara ile protokolde belirlenen statik germe egzersizlerini uygulamıştır. KG ise, herhangi bir germe programı uygulamamıştır. Araştırma esnasında, her iki grup da rutin futbol antrenmanlarına devam etmiştir ve bu antrenmanlar esnasında uygulatılan germe egzersizlerine müdahale edilmemiştir. Sekiz haftalık germe antrenmanlarının tamamlanmasından sonra, aynı ölçümler benzer sıra ile tekrarlanmış ve ön testler ile aradaki farklar değerlendirilmiştir. Araştırma öncesi katılımcılara, ölçüm günlerinden 24 saat önce alkol, kafein ve ergojenik yardımcı kapsamına giren maddeleri kullanmamaları hususunda bilgilendirme yapılmış ve yüksek şiddetli egzersizlerden kaçınmaları gerektiği hatırlatılmıştır. Diüurnal değişimlerin etkisi göz önünde bulundurularak, tekrarlanan ölçümler günün aynı saatlerinde gerçekleştirilmiştir.

Araştırma Protokolü

Otur Eriş Testi

Katılımcıların esneklik ölçümleri otur-uzan (eriş) testi kullanılarak yapılmıştır (Kokkonen ve ark., 2007). Test sırasında katılımcılar, her iki ayak tabanını çıplak ve düz bir şekilde test sehпасına dayayacak şekilde yere oturtulmuştur. Daha sonra, dizlerini bükmeden, kollarını gerip, el içleri zemini gösterecek şekilde kutuya doğru uzanabildiği kadar uzanmaları istenmiş ve bu pozisyonda ölçüm almak için 2 saniye bekletilmişlerdir. Test iki defa tekrar edilmiştir ve en yüksek değer, ölçüm değeri olarak kayıt edilmiştir.

Durarak Uzun Atlama

Katılımcıların yatay sıçrama mesafeleri durarak uzun atlama testi ile belirlenmiştir (Koch ve ark., 2003). Katılımcılardan, bacaklarını omuz genişliğinde açarak, ayak parmak uçları başlangıç çizgisinin gerisinde, dizlerden hafif yaylanarak ve kollar serbest şekilde sıçrayabilecekleri en uzak mesafeye sıçramaları istenmiştir. Test iki defa tekrar edilmiştir ve en yüksek değer, ölçüm değeri olarak kayıt edilmiştir.

Counter Movement Jump (CMJ)

Katılımcıların dikey sıçrama yükseklikleri, *Counter Movement Jump* (CMJ) protokolü ile belirlenmiştir (De hoyo ve ark., 2015; Haugen ve ark., 2012; Rodriguez ve ark., 2016). Test, 1 adet laptop cihazı ve cihaza bağlı *Omegawave* (Amerika) aletinin sıçrama matı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Katılımcılardan, sıçrama matına dizler bükülü ve çift ayak temas edecek

şekilde, sıçrayabildikleri kadar yukarı sıçramaları istenmiştir. Sıçramalar 5 kez tekrar edilmiştir ve katılımcıların en iyi sıçrama yükseklikleri, ölçüm değeri olarak kayıt edilmiştir.

Statik Germe Protokolü

Katılımcılara, rutin futbol antrenmanlarından hemen önce, 8 hafta boyunca, haftada 3 gün, 48 saat ara ile germe antrenmanları yaptırılmıştır. Antrenmanlar, toplam 10 statik germe egzersizinden oluşmaktadır (omuz fleksör ve ekstansör, gövde fleksör ve ekstansör, kalça fleksör ve ekstansör, diz fleksör ve ekstansör, dorsi fleksör ve plantar fleksör kaslarına yönelik). Herbir germe antrenmanı, 10 dakikalık genel ısınma protokolü ile başlayıp, ısınmanın ardından germe egzersizleri 15 saniye ve 2 tekrar olacak şekilde uygulanmıştır. Tekrarlar arası dinlenme süresi 15 saniye olarak belirlenmiştir ve antrenmanlar ortalama 15 dakika sürmüştür (Alter, 2004, s:283-298; Armiger ve Martyn, 2010, s:119-170; Heyward ve Gibson, 2014, s:335). Germe egzersizleri, futbolda kullanılan ya da sıçrama sırasında majör olarak yer alan kas gruplarına yönelik olarak seçilmiştir ve seçim sırasında benzer araştırma protokollerinden yararlanılmıştır (Amiri ve Kellis, 2013; Armiger ve Martyn, 2010, s:216; Bastos ve ark., 2013; Hunter ve Marshall, 2002 ve Worrel ve ark., 1994). Germe egzersizlerinden ilk 7 egzersiz (2 tanesi eşli) ayakta, kalan 3 egzersiz sırtüstü ve yüzüstü pozisyonlarda yatacak şekilde yerde uygulanmıştır. Hareketler sırasıyla; 1) Eller, dirseklerden çok hafif şekilde gerildikten sonra sırt bölgesinde birleştirilir. Birleştirilen eller yukarı doğru kaldırılır ve sabit pozisyonda bekletilerek omuz fleksör kasları gerdirilir. 2) Bel 90° açıyla bükülür, 2 eş karşılıklı geçerek, ellerini birbirlerinin omuzlarına kollar baş üstünde kalacak şekilde koyar ve bu pozisyonda sabit bir şekilde bekleyerek omuz ekstansör kasları gerdirilir. 3) Eşler daha sonra tekrar birbirlerinin omuzlarından kavrar ve gövde karşıdaki eşi görececek şekilde, eşlerin tek ayakları yarım metre öne doğru açılır. Öndeki bacaklar dizden bükülür ve topuklar zemin ile teması kesmeden, arka bacakta gerim oluşturulur. Bu pozisyonda sabit şekilde beklenerek bilek fleksör kasları gerdirilir. 4) Bir ayak, gövde ileriye bakacak şekilde, yaklaşık 2 ayak boyutunda öne doğru açılır. Kalça ve üst vücut ağırlığı öne doğru atılan ayağa verilir ve öndeki diz bükülür. Bu sırada arkadaki ayak topuğu yerden hafifçe kaldırılabilir. Bu pozisyonda sabit şekilde beklenerek, kalça fleksör kasları gerdirilir. 5) Bacak geriye doğru dizden bükülür ve aynı bacak, ayak parmaklarından kavranarak kalçaya doğru çekilir. Bu sırada diğer bacak dengeyi sağlar. Bu pozisyonda sabit şekilde beklenerek, diz ekstansör kasları gerdirilir. 6) Bir ayak gövde ileriye bakacak şekilde yüksek bir platforma uzatılır. Daha sonra bel hafif bükülerek, uzatılan bacağın ayak parmak uçlarına doğru kollar ile uzanılır. Bu pozisyonda sabit şekilde beklenerek, diz fleksör kasları gerdirilir. 7) Ayakların dorsumu ve parmakları, parmak ucunda zemine temas edecek şekilde, yaklaşık yarım metre arkaya doğru açılır. Bu sırada öndeki bacak bükülür ve arkadaki ayak parmakları fleksiyon yapacak şekilde hafifçe gerdirilir. Bu pozisyonda sabit şekilde beklenerek, bilek ekstansör kasları gerdirilir. 8) Sırt üstü yatılır ve her iki ellerin yardımı ile dizler göğüslere doğru çekilir. Bu pozisyonda sabit şekilde beklenilerek gövde ekstansör kasları gerdirilir. 9) Sırt üstü yatılır ve tek bacak, ellerin yardımı ile gövdeye doğru çekilir. Diğer bacak zemine temas halinde sabit bırakılır. Bu pozisyonda sabit şekilde beklenerek, kalça ekstansör kasları gerdirilir. 10) Yüz üstü uzanılır, eller omuz genişliğinde açılır. Kalça yerde sabit tutulurken, kolların yardımı ile gövdenin üst kısmı yukarı doğru kaldırılır. Bu pozisyonda sabit şekilde beklenilerek, gövde fleksör kasları gerdirilir.

İstatiksel Analiz

Elde edilen veriler, IBM SPSS 16.0 istatistik programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin normalliğinin belirlenmesinde Shapiro Wilk, grup içi farklılıkların belirlenmesinde bağımlı örneklem t testi ($p<0.05$), gruplar arası farklılıkların belirlenmesinde bağımsız örneklem t testi ($p<0.05$) kullanılmıştır.

BULGULAR

Katılımcılara ait demografik bilgiler Tablo 1’de sunulmuştur. Katılımcıların esneklik değerleri Tablo 2’de verilmektedir. Tablo 2 incelendiğinde, tekrarlayan ölçümlerde GG grup içi ve GG-KG gruplar arası ortalama karşılaştırmalarında istatistiksel olarak anlamlı sonuçlar bulunmuştur ($p<0,05$). Katılımcıların yatay sıçrama mesafeleri Tablo 3’de verilmektedir. Değerler incelendiğinde, tekrarlayan ölçümlerde GG grup içi ortalama değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanırken ($p<0,05$), GG-KG gruplar arası ortalama karşılaştırmalarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Tablo 4’de katılımcıların dikey sıçrama yükseklikleri sunulmuştur. Değerler incelendiğinde, tekrarlayan ölçümlerde GG grup içi ortalama değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar saptanırken ($p<0,05$), GG-KG gruplar arası ortalama karşılaştırmalarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 1. Katılımcıların demografik bilgileri

| Demografik Bilgiler | Germe Grubu (n=10) | | | Kontrol Grubu (n=8) | | |
|-----------------------|--------------------|------|---------------|---------------------|------|---------------|
| | Ort. | S.S | Aralık | Ort. | S.S | Aralık |
| Yaş (yıl) | 20,60 | 2,54 | 18,00- 25,00 | 23,25 | 5,57 | 18,00-34,00 |
| Boy (cm) | 179,00 | 7,30 | 168,00-188,00 | 181,5 | 5,15 | 175,00-190,00 |
| Vücut Ağırlığı (kg) | 74,71 | 6,94 | 65,00- 83,10 | 78,05 | 8,71 | 67,10-87,80 |
| Vücut Yağ Yüzdesi (%) | 16,59 | 5,73 | 7,60 - 24,60 | 18,07 | 3,21 | 14,50-24,40 |

Ort.: Ortalama SS.: Standart Sapma

Tablo 2. Germe ve kontrol grupları, grup içi ve gruplar arası esneklik değerlerinin karşılaştırılması

| Otur Uzan Testi (cm) | GRUP İÇİ FARKLILIKLAR | | | | | | GRUPLAR ARASI FARKLILIKLAR |
|----------------------|-----------------------|------|----------|---------------------|------|----------|----------------------------|
| | Germe Grubu (n=10) | | | Kontrol Grubu (n=8) | | | |
| | Ort. | S.S | P Değeri | Ort. | S.S | P Değeri | P değeri |
| Ön Test | 30,60 | 4,78 | ,015* | 28,43 | 7,90 | ,290 | ,007* |
| Son Test | 33,90 | 3,14 | | 27,68 | 8,61 | | |

Ort.: Ortalama SS.: Standart Sapma, $p<0,05^*$

Tablo 3. Germe ve kontrol grupları, grup içi ve gruplar arası yatay sıçrama mesafelerinin karşılaştırılması

| Durarak Uzun Atlama (cm) | GRUP İÇİ FARKLILIKLAR | | | | | | GRUPLAR ARASI FARKLILIKLAR |
|--------------------------|-----------------------|-------|----------|---------------------|-------|----------|----------------------------|
| | Germe Grubu (n=10) | | | Kontrol Grubu (n=8) | | | |
| | Ort. | S.S | P Değeri | Ort. | S.S | P Değeri | P değeri |
| Ön Test | 215,80 | 11,34 | ,022* | 206,38 | 19,93 | ,218 | ,394 |
| Son Test | 223,10 | 9,24 | | 210,25 | 19,47 | | |

Ort.: Ortalama SS.: Standart Sapma, $p<0,05^*$

Tablo 4. Germe ve kontrol grupları, grup içi ve gruplar arası dikey sıçrama yüksekliklerinin karşılaştırılması

| CMJ Dikey Sıçrama (cm) | GRUP İÇİ FARKLILIKLAR | | | | | | GRUPLAR ARASI FARKLILIKLAR |
|------------------------|-----------------------|------|----------|---------------------|------|----------|----------------------------|
| | Germe Grubu (n=10) | | | Kontrol Grubu (n=8) | | | |
| | Ort. | S.S | P Değeri | Ort. | S.S | P Değeri | P değeri |
| Ön Test | 45,65 | 1,76 | ,002* | 47,83 | 6,01 | ,349 | ,295 |
| Son Test | 48,56 | 3,14 | | 49,20 | 5,81 | | |

Ort.: Ortalama SS.: Standart Sapma CMJ: Counter Movement Jump , $p<0,05^*$

TARTIŞMA ve SONUÇ

Araştırma sonucunda, amatör futbolcularda yapılan sekiz haftalık statik germe antrenmanlarının, dikey sıçrama yüksekliğini ve yatay sıçrama mesafelerini artırdığı saptanmıştır (GG: dikey sıçrama %6,37↑, yatay sıçrama %3,38↑; KG: dikey sıçrama 2,86↑, yatay sıçrama %1,87↑). Dolayısıyla araştırmanın hipotezi kabul edilmiştir.

KG sıçrama değerlerinde bir miktar artış görülmektedir. Bu artışlar, oyuncuların sezon içinde olmaları ve rutin futbol antrenmanlarına devam etmelerinden kaynaklanıyor olabilir. Ayrıca, normal futbol antrenmanlarına ilaveten yapılan germe antrenmanlarının bu yüzdesel artışları desteklediği görülmektedir. Her ne kadar, gruplar arası yapılan ortalama karşılaştırmalarında bu farklılıklar istatistiksel olarak anlamlı değilse de performans sporlarında, mili saniyeler, ufak detaylar ve küçük farklılıklar skoru ve başarıyı belirleyebilmektedir. Sonuçlar bu bağlamda değerlendirilebilir.

Literatürde, araştırma bulgularını destekleyen çeşitli çalışmalar mevcuttur. 15 günlük statik hamstring germe antrenmanlarının, sırasıyla 60°s^{-1} ve 120°s^{-1} ekzantrik torkları ve 120°s^{-1} konsantrik torku; %8.5, %13.5, %11.2 artırdığı saptanmıştır (Worrel ve ark., 1994). 38 üniversite öğrencisi ile yapılan başka bir çalışmada, 10 hafta boyunca, haftada 3 gün uygulanan statik germe antrenmanlarının, dikey sıçrama performansını %6.7, yatay sıçrama performansını %2.3, 1 maksimum diz fleksör kuvvetini %30.4 ve bir maksimum diz ekstansör kuvvetini %15.3 artırdığı rapor edilmektedir (Kokkonen ve ark., 2007). 19 kadın ve 11 erkek üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bir çalışmada ise, 6 haftalık statik germe antrenmanları sonucunda, $60^{\circ}/\text{s}$ ve $300^{\circ}/\text{s}$ açısal hızlarda, diz fleksörlerinde ve tork üretiminde anlamlı artışlar gözlemlenmiştir (Ferreira ve ark., 2007). Germe egzersizleri sonrası kuvvet kazanımlarının nasıl gerçekleştiği spekülatif olmakla beraber, uzun süreli statik germe antrenmanları, kas hipertrofisine neden olabilir. Day ve ark., (1997) tarafından yapılan araştırma sonuçlarına göre, 10 günlük germe antrenmanları miyoplast proliferasyonunu tetiklemektedir. Başka bir çalışmada, 4 hafta boyunca haftada 3 gün uygulanan germe egzersizlerinin, ratlarda soleus kas kütlesini %13, lif büyüklüğünü ise %30 artırdığı gözlemlenmiştir (Stauber ve ark., 1994). Pasif germeler, İnsülin Benzeri Büyüme Faktörü (IGF) salınımı ve mRNA ekspresyonunu tetikleyerek, kas kuvvetini artırıyor olabilir (Coutinho ve ark., 2004). Ayrıca, germe antrenmanları sonrası kas boyunda uzamalar meydana gelir ve bu uzamaların kasın kasılabilme hızını ve kas tarafından üretilen kuvveti olumlu yönde etkilediği düşünülmektedir (Kokkonen ve ark., 2007). Bunların yanı sıra, esneklik artışına bağlı kas uygunluğunun artması ile germe kısalma döngüsündeki elastik gerim enerjisinin kullanımı kolaylaşarak, kasın sergilediği kuvvet artıyor olabilir (Wilson ve ark., 1992).

Literatüre bakıldığında bazı çalışmalarda statik germe antrenmanlarının patlayıcı kuvvet üretimini etkilemediği bulgulanmaktadır (Koch ve ark., 2003; Woolstenhulme ve ark., 2006). Koch ve ark., (2003) tarafından yapılan çalışmada, antrenmanlı ve antrenmansız bireylerde, statik germelerin yatay sıçrama performansına etkisi bulunamamıştır. Yapılan başka bir çalışmada, 6 hafta boyunca haftada iki kez gerçekleştirilen statik germe antrenmanlarının, sıçrama performansını etkilemediği rapor edilmektedir (Woolstenhulme ve ark., 2006). Germe antrenmanları sonrası, kas sertliğinde azalmalar meydana gelebilir. Meydana gelen bu azalmalar, kasın güç üretimini olumsuz etkileyebilir ya da potansiyel güç üretim artışlarını nötrleyebilir

Son yıllarda, statik germelerin patlayıcı kuvvet performansına akut negatif etkileri göz önünde bulundurularak, bu egzersizler antrenman programlarından çıkartılmaktadır. Ancak

unutulmamalıdır ki, germe antrenmanlarının metabolizma üzerindeki etkileri patlayıcı kuvvet performansı ile sınırlı değildir. Germe egzersizleri kas-eklem hareket genişliğini artırır ve birçok hareketin sergilenmesinde bu artışlar mekanik bir avantaj yaratır (Cipriani ve ark., 2003; Nakamura ve ark., 2016 ve Rancour ve ark., 2009). Ayrıca, statik germe egzersizleri sonrası, güç üretimindeki akut azalmanın 15-20 dakika sürebileceği, daha sonra bu etkilerin kaybolabileceğini belirten araştırmalar mevcuttur (Bradley ve ark., 2007). Bunların yanı sıra, patlayıcı kuvvet performansı, germenin süresinden etkilenmektedir. 30 saniye ve üstünde yapılan statik germeler, patlayıcı kuvvet üretimini olumsuz etkileyebilir ancak futbol antrenmanlarında bu germe sürelerinin çok fazla tercih edilmediği unutulmamalıdır (Kay ve Blazeovich, 2012; Siatras ve ark., 2008).

Bu bilgiler doğrultusunda, müsabaka ve özellikle patlayıcı kuvvet gelişimini amaçlayan antrenmanlardan önce germe süreleri kısaltılabilir ya da statik germelerin yerine dinamik germeler tercih edilebilir. Ancak statik germe egzersizlerinden tamamen vazgeçilmemeli ve bu egzersizlerin esneklik gelişimi üzerine etkileri göz önünde bulundurularak, mutlaka uygulanmaya devam edilmelidir. Bu egzersizlere, futbol antrenmanlarından ayrı olarak, özel gün ve saatler ayrılabilir.

Sonuç olarak, amatör futbolcularda sekiz haftalık statik germe antrenmanları, esneklik, dikey sıçrama yüksekliği ve yatay sıçrama mesafelerini artırmıştır. Bu artışlar ve yukarıda sayılan nedenler göz önünde bulundurulduğunda, statik germe egzersizlerinden vazgeçilmemeli ve futbol antrenman planlamalarında mutlaka yer almalıdır. Gelecekte yapılacak araştırmalarda, germe antrenmanlarının farklı patlayıcı güç gerektiren (sürat, çeviklik, top sürme hızı vs.) aktivitelere etkileri ve bu etkilerin altında yatan fizyolojik ve metabolik mekanizmalar araştırılabilir.

KAYNAKLAR

Alemdaroğlu U., Koz M., Köklü Y. (2012). Germe Egzersizlerinin Performans Üzerine Akut Etkileri. *Hacettepe J. of Sport Sciences*, 23 (2), 68–76

Alter M.J. (2004). *Science of Flexibility*. 3rd ed. Champaign (IL): Human Kinetics

Amiri-Khorasani M., Abu Osman N.A., Yusof A. (2011). Biomechanical Responses of Thigh and Lower Leg during 10 Consecutive Soccer Instep

Amiri-Khorasani M., Kellis E. (2013). Static vs. Dynamic Acute Stretching Effect on Quadriceps Muscle Activity during Soccer Instep Kicking. *J Hum Kinet.*, 39: 37-47.

Armiger P., Martyn M. (2010). *Stretching for Functional Flexibility*, 1Har/Psc Edition. Philadelphia : LWW.

Bastos C., Miranda H., Vale R. (2013). Chronic effect of static stretching on strength performance and basal serum IGF-1 levels. *J Strength Cond Res.*, 27(9), 2465-2472.

Behm D.G., Kibele A. (2007). Effects of differing intensities of static stretching on jump performance. *Eur J Appl Physiol.*, 101(5), 587-594.

Bradley P., Olsen P., Portas M. (2007). The effect of static, ballistic, and proprioceptive neuromuscular facilitation stretching on vertical jump performance. *J Strength Cond Res.*, 21(1), 223-226.

Bryne C., Eston R. (2002). The effect of exercise-induced muscle damage on isometric and dynamic knee extensor strength and vertical jump performance. *J Sports Sci.*, 20(5), 417-425.

Church J., Wiggins M., Moode F. (2001). Effect of warm-up and flexibility treatments on vertical jump performance. *J Strength Cond Res.*, 15, 332–336

- Cipriani D., Abel B., Pirrwitz D. (2003). A comparison of two stretching protocols on hip range of motion: implications for total daily stretch duration. *J Strength Cond Res.*, 17(2), 274-278.
- Coutinho E., Gomes A., França C., (2004). Effect of passive stretching on the immobilized soleus muscle fiber morphology. *Braz J Med Biol Res.*, 37(12), 1853-61.
- Day C., Moreland M., Floyd S. (1997). Limb lengthening promotes muscle growth. *J Orthop Res.*, 15(2), 227-234.
- De Hoyo M., Pozzo M., Sañudo B.N. (2015). Effects of a 10-week in-season eccentric-overload training program on muscle-injury prevention and performance in junior elite soccer players. *Int J Sports Physiol Perform.*, 10(1), 46-52.
- Ferreira G., Teixeira-Salmela L., Guimaraes C. (2007). Gains in flexibility related to measures of muscular performance: impact of flexibility on muscular performance. *Clin J Sport Med.*, 17(4), 276-281.
- Frantz T., Ruiz M. (2011). Effects of dynamic warm-up on lower body explosiveness among collegiate baseball players. *J Strength Cond Res.*, 25(11), 2985-2990.
- Garcia-Pinillos F., Ruiz-Ariza A., Moreno Del Castillo R. (2015). Impact of limited hamstring flexibility on vertical jump, kicking speed, sprint, and agility in young football players. *J Sports Sci.*, 33(12), 1293-1297.
- Heyward V., Gibson A. (2014). *Advanced Fitness Assessment and Exercise Prescription*. 7th ed. Human Kinetics
- Haugen T., Tonnessen E., Seiler S. (2012). Speed and countermovement-jump characteristics of elite female soccer players, 1995-2010. *Int J Sports Physiol Perform.*, 7(4), 340-9.
- Hough P., Ross E., Howatson G. (2009). Effects of dynamic and static stretching on vertical jump performance and electromyographic activity. *J Strength Cond Res.*, 23(2), 507-512.
- Hunter J., Marshall R. (2002). Effects of power and flexibility training on vertical jump technique. *Med Sci Sports Exerc.*, 34(3), 478-486.
- Kay A.D, Blazevich A.J. (2012). Effect of acute static stretch on maximal muscle performance: a systematic review. *Med Sci Sports Exerc.*, 44(1), 154-64.
- Koch A., O'bryant H., Stone M.E. (2003). Effect of warm-up on the standing broad jump in trained and untrained men and women. *J Strength Cond Res.*, 17(4), 710-714.
- Kokkonen J., Nelson A., Eldredge C. (2007). Chronic static stretching improves exercise performance. *Med Sci Sports Exerc.*, 39(10), 1825-1831.
- Nakamura M., Ikezoe T., Umegaki H. (2016). Changes in Passive Properties of the Gastrocnemius Muscle-Tendon Unit During a 4-Week Routine Static Stretching Program. *J Sport Rehabil.*, 1-17.
- Rancour J., Holmes C., Cipriani D. (2009). The effects of intermittent stretching following a 4-week static stretching protocol: a randomized trial. *J Strength Cond Res.*, 23(8), 2217-2222.
- Rodriguez-Rosell D., Mora-Custodio R., Franco-Márquez F. (2016). Traditional vs. sport-specific vertical jump tests: reliability, validity and relationship with the legs strength and sprint performance in adult and teen soccer and basketball players. *J Strength Cond Res*
- Siatras T.A, Mittas V.P, Mameletzi DN, Vamvakoudis EA. (2008) The duration of the inhibitory effects with static stretching on quadriceps peak torque production. *J Strength Cond Res.*, 22, 40–6.
- Stauber W.T, Miller G.R, Grimmett J.G. (1994). Adaptation of rat soleus muscles to 4 wk of intermittent strain. *J Appl Physiol (1985).*, 77(1), 58-62.
- Wilson G.J., Elliott B.C., Wood G.A. (1992). Stretch shorten cycle performance enhancement through flexibility training. *Med Sci Sports Exerc.*, 24(1), 116-123.

Worrell T.W., Smith T.L., Winegardner J. (1994). Effect of hamstring stretching on hamstring muscle performance. *J Orthop Sports Phys Ther.*, 20(3), 154-9.

Woolstenhulme M.T., Griffiths C.M., Woolstenhulme E.M. (2006). Ballistic stretching increases flexibility and acute vertical jump height when combined with basketball activity. *J Strength Cond Res.*, 20(4), 799-803.

Yeşil A. (2011). Farklı Sürelerde Uygulanan Skuatın Sıçrama Performansına Akut Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Sakarya

Geliş Tarihi (Received): 16.05.2019
Kabul Tarihi (Accepted): 18.09.2019
SPORMETRE, 2019,17(4),143-157
DOI: 10.33689/spormetre.566493

FARKLI KATEGORİLERDEKİ FUTBOLCULARIN SOMATOTİP ANALİZİ

Berkay YAŞAR¹, Ahmet ÖZDER², Sibel ÖNAL¹, Ayşegül ÖZDEMİR¹, Cansev MEŞE YAVUZ³, Mehmet SAĞIR¹, Başak KOCA ÖZER¹

¹Ankara Üniversitesi, Dil ve Tarih Coğrafya Fakültesi, Ankara/TÜRKİYE

²İstanbul Gelişim Üniversitesi, Benden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, İstanbul/TÜRKİYE

³Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Van/TÜRKİYE

Öz: Antropometri insan vücudunu metrik olarak ortaya koyan bir tekniktir ve spor bilimlerinde vücut morfolojisini incelemek için sıklıkla kullanılmaktadır. Günümüzde büyük bir ilgi odağı haline gelen futbol, fiziksel ve zihinsel açıdan birçok koordinasyonu içinde barındıran bir spordur. Çalışmanın amacı, futbolcuların (6-17 yaş) somatotip özelliklerini belirlemek ve futboldaki başarının artmasına katkıda bulunmaktır. Kesitsel olarak gerçekleştirilen çalışmanın örneklemini MKE Ankaragücü U17 futbol takımından 17, Keçiören Belediyesi Bağlum Spor Kulübü'nden 71 olmak üzere toplam 88 futbolcu oluşturmaktadır. Uluslararası Biyolojik Program (International Biological Programme-IBP) ve Antropometrik Standardizasyon Referans El Kitabı (Anthropometric Standardization Reference Manual-ASRM)'na göre ağırlık, boy, biceps ve baldır çevresi, diz ve dirsek genişliği, baldır, triceps, subscapular ve supraspinale deri kıvrımı kalınlığı ölçümleri alınmış, somatotip analizler için Heath-Carter metodu uygulanmıştır. Dört farklı kategoriye ayrılan futbolcuların somatotip ortalaması 2.9; 3.0; 3.0 olarak bulunmuş, minikler 2.9; 3.1; 3.1, küçükler 3.3; 2.9; 2.9, yıldızlar 2.8; 2.2; 3.8 ve gençler 2.5; 3.5; 2.4 olarak belirlenmiştir. Çalışma sonucunda, gençler kategorisinin literatürdeki sonuçlarla göreceli olarak benzerlik gösterdiği saptanmıştır. Bununla birlikte diğer kategorilerdeki futbolcuların sahip olması gereken vücut yapısına tam olarak uygun olmadıkları belirlenmiştir. Bu sonuçlara göre, antrenörlerin sporcu seçiminde daha dikkatli olmaları ve morfolojik özelliklerin göz önünde bulundurulması yararlı olacaktır.

Anahtar Kelimeler: Spor, Antropometri, Kinantropometri, Somatotip, Futbol.

SOMATOTYPE ANALYSIS OF FOOTBALL PLAYERS IN DIFFERENT CATEGORY

Abstract: Anthropometry is a technique that obtains the human body in as metric and is frequently used to study body morphology in sports science. Nowadays football has become a focus of great interest, it is a sport that involves many coordination in physical and mental aspects. The aim of this study was to determine the somatotype characteristics of the football players (6-17 aged) and to increase the success in football. This cross-sectional study was conducted with 88 football players which was 17 from MKE Ankaragucu U17 football team and 71 from Kecioren Belediyesi Baglum Sports Club. Weight, height, biceps and calf circumference, epicondylar humerus and epicondylar femur breadth, calf, triceps, subscapular, and supraspinale skinfold thickness measurements were taken according to the International Biological Program (IBP) and Anthropometric Standardization Reference Manual (ASRM) and Heath-Carter method was applied for somatotype analysis. The somatotype average of football players which were divided into four different age groups were found to be 2.9; 3.0; 3.0 and in toddlers 2.9; 3.1; 3.1, in juniories 3.3; 2.9; 2.9, in stars 2.8; 2.2; 3.8 and in youths 2.5; 3.5; 2.4. As a result of the study, it was found that the youth category was relatively similar to the results in the literature. However, it was determined that other categories of football players are not exactly appropriate for the body structure they should have. According to these results, it would be beneficial for the trainers to be more careful in the selection of athletes and to take into account the morphological features.

Keywords: Sport, Anthropometry, Kinanthropometry, Somatotype, Football.

GİRİŞ

Ne zaman ve nerede ortaya çıktığı tam olarak bilinmeyen sporun avlanma, beslenme, barınma gibi ihtiyaçları karşılamak için yapılan fiziksel hareketlerden kaynaklandığı düşünülmektedir. Bazı araştırmacılar ise sporun ilkel savaş becerilerinden ortaya çıktığını öne sürmektedir. Bu fiziksel faaliyetler zamanla algısal değişime uğramış, rekabetçi ve belirli kurallar çerçevesinde gerçekleşen bir aktivite olarak tanımlanmıştır (Lombardo, 2012; Tekin ve Tekin, 2014).

Sporun tarihsel süreçte ilgi odağı haline gelmesi başarının artmasına yönelik yapılan çalışmaları hızlandırmıştır. Özellikle futbolun tüm dünyada endüstrileşmesi ve popüler bir branş olması başarıya ulaşma isteğini arttırmış, performansa etki eden faktörler birçok araştırmaya konu olmuştur (Öntürk ve ark., 2019). Bu çalışmalar genellikle performansla ilişkili olan fiziksel (dikey sıçrama, esneklik, anaerobik güç, aerobik kapasite, el kuvveti vb.), morfolojik (somatotip), motorik (dayanıklılık, kuvvet, sürat, denge, reaksiyon vb.) ve fizyolojik (vücut bileşimi) özelliklere yoğunlaşmıştır (Reilly ve ark., 2000; İbiş ve ark., 2004; Özer, 2009; Carvajal ve ark., 2012; Pulur ve ark., 2017).

İnsan bedenini anlama ve sınıflandırma çalışmaları çok eski zamanlardan beri filozofların ilgisini çekmiştir. İlk sınıflandırma M.Ö. 5. yüzyılda Hipokrat tarafından iki kategoride yapılmıştır. Daha sonra 20. yüzyılın başlarında Viola ve Krechsmer gibi birçok bilim insanı vücut özelliklerini sınıflandırmıştır. Geçmişte yapılan çalışmalarda her insanın oluşturulan kategorilere yerleşememesi, Sheldon'un (1940) rakamsal derecelendirmeyi temel alan sistemiyle son bulmuştur. Heath ve Carter (1963; 1967) günümüzde de geçerliliği devam eden somatotip yöntemini geliştirmiştir (Bodzsar ve Susanne, 2004; Choi ve ark., 2013). Somatotip, insan vücut yapısının genel bir açıklayıcısıdır. 1'den 7'ye kadar rakamsal derecelendirme ile vücudu üç düzeyde ele almaktadır (Heath-Carter somatotip yönteminde daha yüksek değerlere çıkabilir). Bu üç düzeyden ilki olan endomorfi, vücudun yağlılık oranını ifade etmektedir. Mezomorfi, vücudun kas ve iskelet oranını temsil eden ikinci düzeydir. Ektomorfi ise vücudun zayıflığını tanımlayan üçüncü düzeydir. Somatotip, fiziksel yapının mevcut durumunu ve değişikliklerini; anatomik ve biyomekanik özelliklerle birlikte ortaya koymaktadır. Aynı zamanda, sporcunun başarıyı elde etmesi için branşa uygun vücut yapısına sahip olması gerektiğini öne sürmektedir (Carter ve Heath, 1990; Duquet ve Carter, 2009).

Spor yapan ve yapmayan bireyler arasında somatotip bileşenleri büyük oranda farklılık göstermektedir. Sporcuların mezomorfi ve ektomorfi değerleri sedanter bireylere göre daha yüksek seviyede gözlenmektedir. Ayrıca farklı branşlardaki elit sporcuların somatotip bileşenlerinde de farklılık ve yakınlık bulunmaktadır. Uzun süreli çalışmalarda ise antrenmanın somatotip değerlerine etki ettiği saptanmıştır. Vücut yapısı büyüme ve gelişmenin bazı dönemlerinde stabil olsa da fiziksel aktivitenin etkisiyle değişebilmektedir. Başarılı olan çocuk sporcuların somatotip profilleri yetişkin sporcularla benzerlik göstermektedir. Bu nedenle erken yaşta sporcu seçiminde somatotip yöntemi önemli bir rol oynamaktadır. Vücut yapısından yola çıkılarak fiziksel yetenekleri öngörmek, belirli bir spor branşına uygun fiziksel yapıyı ortaya koymak, antrenmanın vücut oranlarına etkisini bulmak ve Olimpiyat sporcularıyla benzer yapıda olan genç sporcuların ilerideki başarısını tahmin etmek mümkündür. Ayrıca vücut özellikleri branşlardaki başarının elde edilmesi için önemli bir unsur olan fiziksel performansın hangi vücut yapısıyla karakterize edildiğinin

anlaşılmasına yardımcı olabilmektedir (Carter ve Heath, 1990; Reilly ve ark., 2000; Ramanlı ve Müniroğlu, 2002; Özer, 2009). Diğer yandan spor, çocukların fiziksel ve zihinsel olarak büyüme ve gelişmesine, sosyalleşmesine, bilişsel ve motorik özelliklerinin gelişmesine, sağlıklı olmasına ve akademik başarısına büyük katkıda bulunmaktadır (Ayan ve Mülazımoğlu, 2009; Malina, 2012; Yalçın ve Balcı, 2013).

Uluslararası düzeyde yapılan müsabakalarda başarılı olan sporcular, branşa uygun fiziksel yapıya sahiptir. Her spor branşının kendine özgü vücut yapısı bulunmaktadır. Koşucularda ektomorfi yüksek seviyede gözlenirken, güreş ve judo gibi kuvvete dayalı sporlarda mezomorfi yönünde bir eğilim gözlenmektedir. Futbolcular üzerinde yapılan çalışmalara bakıldığında genellikle kaslılık (mezomorfi) ön plana çıkmaktadır. Milli düzeydeki futbolcuların genellikle mezomorfi bileşeni baskındır. Ayrıca Avrupa'daki futbolcuların somatotipi endomorfik mezomorf özellik sergilemektedir (Carter ve Heath, 1990). İspanya'daki profesyonel futbolcuların somatotipi 2.6; 4.9; 2.3 (Casajús, 2001); Brezilya'daki genç futbolcuların somatotipi 2.6; 4.3; 2.9 (Fidelix ve ark., 2014); Türkiye'deki genç futbolcuların somatotip ortalaması ise 2.23; 4.14; 3.24 olarak belirlenmiştir (Apti, 2010). Bu çalışmadaki temel amaç çocukluk ve adölesan (6-17 yaş) dönemdeki futbolcuların somatotip özelliklerini belirlemektir.

MATERYAL ve METOT

2017 yılında kesitsel olarak yapılan çalışma, 6-17 yaş arası erkek futbolcular üzerinde gerçekleştirilmiştir. MKE Ankaragücü U17 futbol takımından 17, Keçiören Belediyesi Bağlum Spor Kulübü'nden ise 71 olmak üzere toplam 88 futbolcu çalışmaya dâhil edilmiştir. Futbolcular minikler (6-9 yaş), küçükler (10-11 yaş), yıldızlar (12-15 yaş) ve gençler (16-17 yaş) olmak üzere dört kategoride incelenmiştir. Minikler, küçükler ve yıldızlar Keçiören Belediyesi Bağlum Spor Kulübü'nün, gençler ise Ankaragücü Spor Kulübü'nün futbolcularıdır.

Çalışmada her bir bireyden Antropometri Formu'nda yer alan haftalık antrenman saati, spor yaşı (ay ve yıl), boy (mm), ağırlık (kg), biceps (mm) ve baldır çevresi (mm), diz ve dirsek genişliği (mm), baldır, triceps, subscapular ve supraspinale deri kıvrımı kalınlığı (mm) alınmıştır. Boy uzunluğu Martin tipi antropometreyle, vücut ağırlığı 100 grama hassas tartıyla alınmış ve Beden Kitle Endisleri (BKE, kg/boy^2) hesaplanmıştır. Genişlikler küçük çap pergeliyle, deri kıvrımı kalınlıkları Harpenden tipi deri kıvrımı kalınlığı aletiyle, çevre ölçümleri ise şerit metreyle alınmıştır. Antropometrik ölçümlerin hepsi olabildiğince az kıyafetle (iç giyim) alınmıştır. Ağırlık kilogram, diğer tüm ölçümler ise milimetrik olarak alınmıştır. Antropometrik ölçüler, Anthropometric Standardization Reference Manual (ASRM) ve International Biological Programme (IBP) (Weiner ve Lourie, 1969; Norton ve Olds, 2004) kuruluşlarının öngördüğü teknikler doğrultusunda alınmıştır.

Boy: Birey standart anatomik pozisyondayken (avuç içleri anterior yöne dönük, ayak topukları birleşik) dik durması sağlanmış, bireyin kafası Frankfurt düzlemine (orbitale noktasının ve tragion noktasının yatay düzlem üzerinde olması) göre ayarlanmıştır. Birey yukarıya doğru uzanıp nefesini tutarken, broca düzlemi çok basınç olmayacak şekilde indirilerek ölçüm alınmıştır.

Ağırlık: Bireyin en az kıyafetle bulunmasına, beslenme sonrasında ağırlığın ölçülmemesine ve tartılırken ölçme platformunun tam merkezinde olmasına dikkat edilerek alınmıştır.

Biceps çevresi: Üst kolun maksimum uzunluğu şerit metreyle ölçülüp orta noktası belirlendikten sonra çok bastırılmayacak ve çok da gevşek bırakılmayacak şekilde kolun orta noktasından alınmıştır.

Baldır çevresi: Alt bacadaki baldır kasının en geniş yerinden çok bastırılmayacak ve çok da gevşek bırakılmayacak şekilde alınmıştır.

Deri Kıvrım Kalınlıkları (DKK): Tüm DKK ölçümleri, bireyin kolları ve vücudu serbest vaziyetteyken alınmış, alet deriye temas ettikten sonra 2-3 saniye beklenmiştir. Her bir ölçüm 2’şer kez alındıktan sonra ortalamaları kaydedilmiştir.

Triceps DKK: Triceps kasının olduğu taraftan acromion ve olecranon arasındaki bölgeden dik bir şekilde alınmıştır.

Subscapular DKK: Scapular inferior açısına birleşik olan yerden 45° açıyla alınmıştır.

Supraspinale DKK: Anterior superior iliak spine çıkıntısının ortalama 5-7 cm üstünden anterior yöne doğru olacak şekilde 45° açıyla ölçüm alınmıştır.

Baldır DKK: Bacak baldırının en geniş çevresi temel alınarak medial taraftan dikey bir şekilde derinin kaldırılmasıyla alınmıştır.

Diz genişliği: Birey dik bir açıyla dizleri bükülü bir şekilde oturduktan sonra femurun lateral ve medial noktalarındaki çıkıntılardan diz genişliği ölçülmüştür. Yağ dokusundaki etkiyi azaltmak için baskı uygulanarak alınmıştır.

Dirsek genişliği: Bireyin kolu avuç içi omuzlarına bakacak şekilde bükülmüş pozisyondayken humerusun medial ve lateral çıkıntılarında genişlik ölçülmüştür. Yağ dokusundaki etkiyi azaltmak için baskı uygulanarak alınmıştır.

Vücut yapısını belirlemek için Heath-Carter somatotip formülü uygulanmıştır. Antropometrik değerlerden somatotip formüllerinin uygulanması için boy, genişlik ve çevre değerleri cm’ye çevrilmiştir.

Heath-Carter Somatotip Formülleri:

$$\text{Endomorfi} = 0.7182 + 0.1451 (X) - 0.00068 (X^2) + 0.000014 (X^3)$$

$$X = \frac{170.18 \times (\text{Triceps DKK mm.} + \text{Subscapular DKK mm.} + \text{Supraspinale DKK mm.})}{\text{Boy cm.}}$$

$$\text{Mezomorfi} = 0.858 (\text{Dirsek genişliği cm.}) + 0.061 (\text{Diz genişliği cm.}) + 0.188 (\text{Üstkol çevresi cm.}) + 0.161 (\text{Baldır çevresi cm.}) + 0.131 (\text{Boy cm.}) + 4.5$$

$$\text{Ektomorfi} = \text{Boy Kilo Oranı (BKO)} = \frac{\text{Boy}}{\sqrt[3]{\text{Ağırlık}}}$$

$$\text{BKO} \geq 40.75 \text{ ise; } 0.732 (\text{BKO}) - 28.58$$

$$40.75 > \text{BKO} > 38.25 \text{ ise; } 0.463 (\text{BKO}) - 17.63$$

$$38.25 \geq \text{BKO} \text{ ise; } 0.1$$

Heath-Carter Somatokart Koordinat Formülü:

$$X = \text{ektomorfi} - \text{endomorfi}$$

$Y = 2 \times \text{mezomorfi} - (\text{endomorfi} + \text{ektomorfi})$

Elde edilen değerlerin tanımlayıcı istatistikleri ve korelasyon analizi yapılırken SPSS 21.0 programı kullanılmıştır. Sporcuların somatotip değerleri Somatotype 1.2.6 programıyla hesaplanmış, aynı programla somatokart konumları belirlenmiştir.

BULGULAR

Futbolculardan alınan antropometrik ölçümlerin ortalamaları ve standart sapma değerleri Tablo 1’de gösterilmiştir. Çalışmada 6-17 yaş arası futbolcuların boy ortalaması 144.06 cm; ağırlık ortalaması 40.13 kg ve BKE ortalaması 18.36 kg/boy² olarak belirlenmiştir. Deri kıvrımı kalınlıklarının ortalamaları incelendiğinde; supraspinale 7.49 mm, subscapular 7.60 mm olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Triceps ve baldır DKK ortalamaları sırasıyla 9.96 mm, 10.50 mm olarak belirlenmiştir. Biceps ve baldır çevresi sırasıyla, 214.85 mm, 278.89 mm olarak bulunmuştur. Dirsek genişliğinin ortalaması 55.47 mm ve diz genişliğinin ortalaması 73.57 mm olarak belirlenmiştir (Tablo 1).

Tablo 1. Futbolcuların antropometrik değerleri.

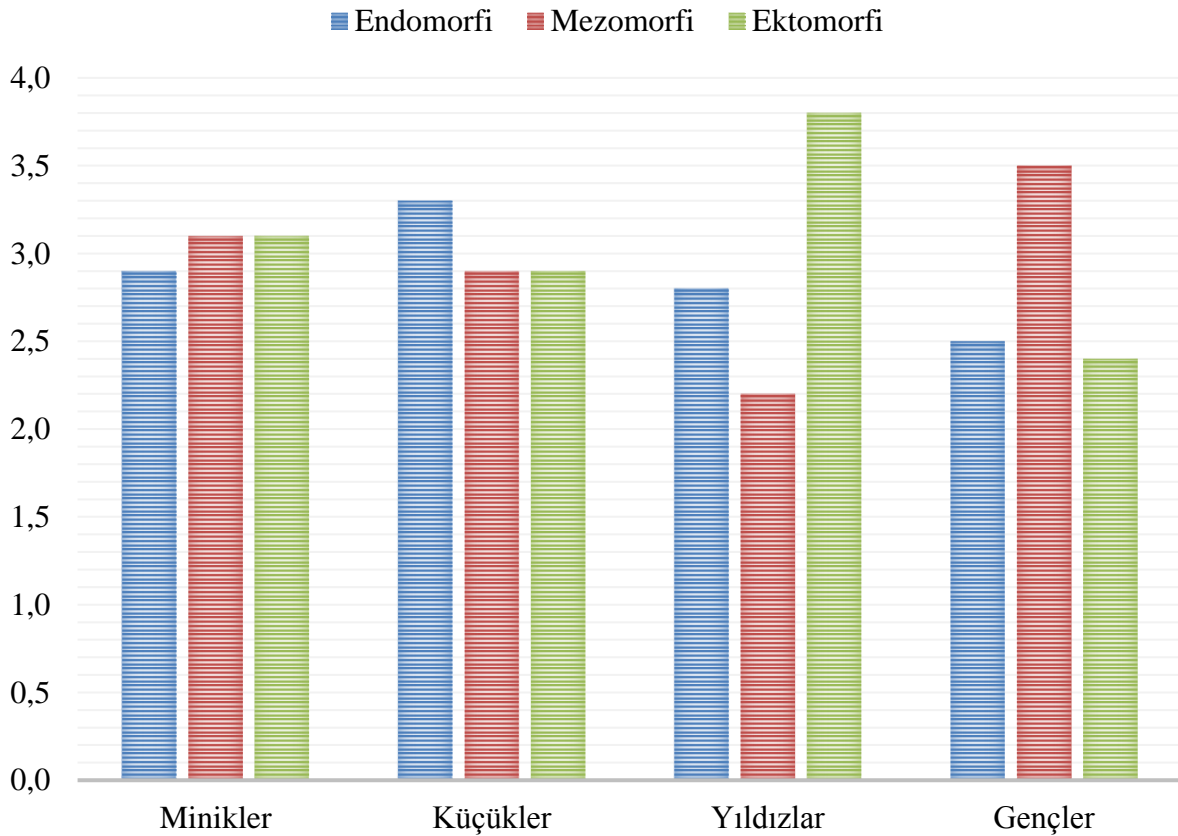
| Değişkenler | Genel | | Minikler | | Küçükler | | Yıldızlar | | Gençler | |
|----------------------------|-------|-------------------|----------|-------------------|----------|-------------------|-----------|-------------------|---------|-------------------|
| | n | Ort. (SS) | n | Ort. (SS) | n | Ort. (SS) | n | Ort. (SS) | n | Ort. (SS) |
| Boy (cm) | 88 | 144.06 (18.12) | 29 | 129.20 (8.37) | 32 | 139.60 (6.42) | 10 | 147.95 (7.66) | 17 | 175.49 (6.01) |
| Ağırlık (kg) | 88 | 40.13 (17.75) | 29 | 27.14 (6.40) | 32 | 35.82 (8.68) | 10 | 38.05 (8.20) | 17 | 71.61 (7.69) |
| BKE (kg/boy ²) | 88 | 18.36 (3.65) | 29 | 16.07 (2.23) | 32 | 18.20 (3.30) | 10 | 17.20 (2.26) | 17 | 23.24 (2.02) |
| Supraspinale DKK* | 88 | 7.49 (4.77) | 29 | 5.75 (3.49) | 32 | 8.29 (5.97) | 10 | 7.56 (4.48) | 17 | 8.77 (3.57) |
| Subscapular DKK* | 88 | 7.60 (3.59) | 29 | 6.12 (2.56) | 32 | 8.11 (4.59) | 10 | 7.10 (2.85) | 17 | 9.44 (2.14) |
| Triceps DKK* | 88 | 9.96 (3.46) | 29 | 10.06 (2.71) | 32 | 11.15 (4.05) | 10 | 9.82 (3.26) | 17 | 7.64 (2.43) |
| Baldır DKK* | 88 | 10.50 (4.58) | 29 | 10.26 (3.41) | 32 | 11.53 (6.03) | 10 | 10.76 (4.02) | 17 | 8.85 (2.90) |
| Biceps Çevresi* | 88 | 214.85 (41.54) | 29 | 186.66 (21.83) | 32 | 208.13 (29.97) | 10 | 205.30 (18.76) | 17 | 281.23 (18.40) |
| Baldır Çevresi* | 88 | 278.89 (52.12) | 29 | 246.10 (33.22) | 32 | 268.84 (40.46) | 10 | 276.40 (27.44) | 17 | 355.17 (30.12) |
| Dirsek Genişliği* | 88 | 55.47 (8.38) | 29 | 50.97 (5.10) | 32 | 53.31 (7.10) | 10 | 56.50 (6.04) | 17 | 66.59 (4.29) |
| Diz Genişliği* | 88 | 73.57 (12.15) | 29 | 66.69 (5.63) | 32 | 70.41 (8.34) | 10 | 71.00 (10.78) | 17 | 92.76 (6.75) |

* DKK, çevre ve genişlik ölçümleri mm olarak gösterilmiştir.

Tablo 2’de örneklemin somatotip bileşenleri gösterilmektedir. 6-17 yaş aralığındaki futbolcuların somatotip profili 2.9; 3.0; 3.0 olarak hesaplanmıştır. Futbolcuların somatotip profilleri kategorilere göre incelendiğinde miniklerde 2.9; 3.1; 3.1, küçüklerde 3.3; 2.9; 2.9, yıldızlarda 2.8; 2.2; 3.8, gençlerde ise 2.5; 3.5; 2.4 olarak belirlenmiştir (Grafik 1).

Tablo 2: Futbolcuların somatotip değerleri.

| Somatotip | Genel | | Minikler | | Küçükler | | Yıldızlar | | Gençler | |
|-----------|-------|--------------|----------|--------------|----------|--------------|-----------|--------------|---------|--------------|
| | n | Ort. SS | n | Ort. SS | n | Ort. SS | n | Ort. SS | n | Ort. SS |
| Endomorfi | 88 | 2.9 (1.2) | 29 | 2.9 (0.9) | 32 | 3.3 (1.5) | 10 | 2.8 (1.1) | 17 | 2.5 (0.7) |
| Mezomorfi | 88 | 3.0 (1.2) | 29 | 3.1 (1.0) | 32 | 2.9 (1.2) | 10 | 2.2 (1.1) | 17 | 3.5 (1.1) |
| Ektomorfi | 88 | 3.0 (1.3) | 29 | 3.1 (1.2) | 32 | 2.9 (1.4) | 10 | 3.8 (1.1) | 17 | 2.4 (0.9) |



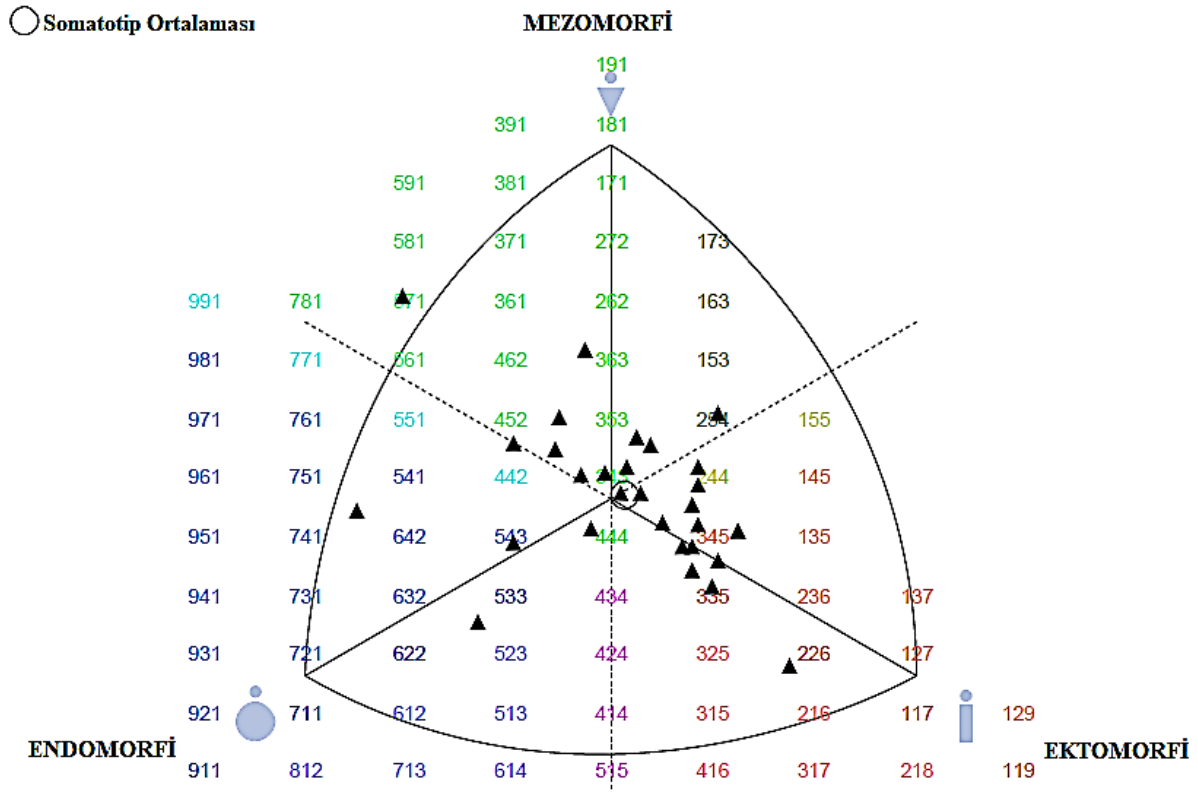
Grafik 1: Yaş kategorilerine göre futbolcuların somatotip değerleri.

Sporcuların 13 kategorili somatotip sistemindeki tanımlamaları Tablo 3’te sunulmuştur. Bu doğrultuda minikler dengeli ektomorf ve merkezi; küçükler ve yıldızlar dengeli ektomorf; gençler ise merkezi alanda yoğunlaşmıştır. Şekil 1’de minikler, Şekil 2’de küçükler, Şekil 3’te

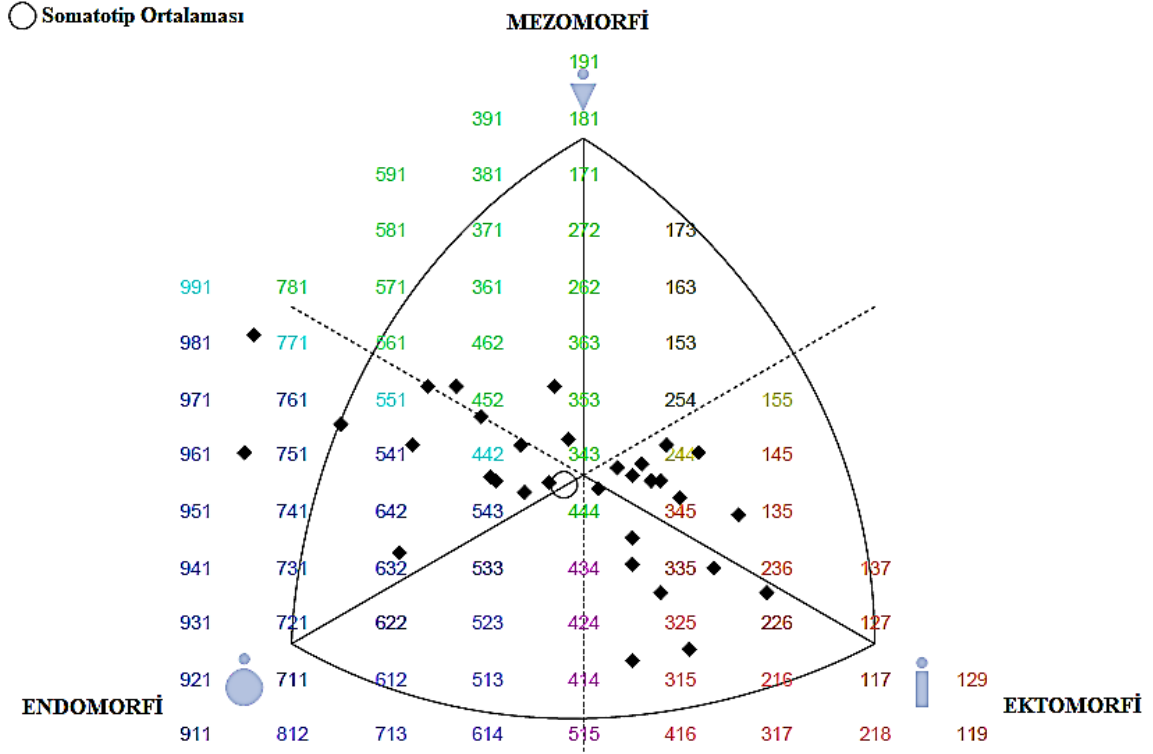
yıldızlar, Şekil 4’te gençler, Şekil 5’te ise tüm futbolcuların somatokart üzerindeki dağılımları gösterilmiştir.

Tablo 3: Futbolcuların yaş gruplarına göre somatotip kategorileri.

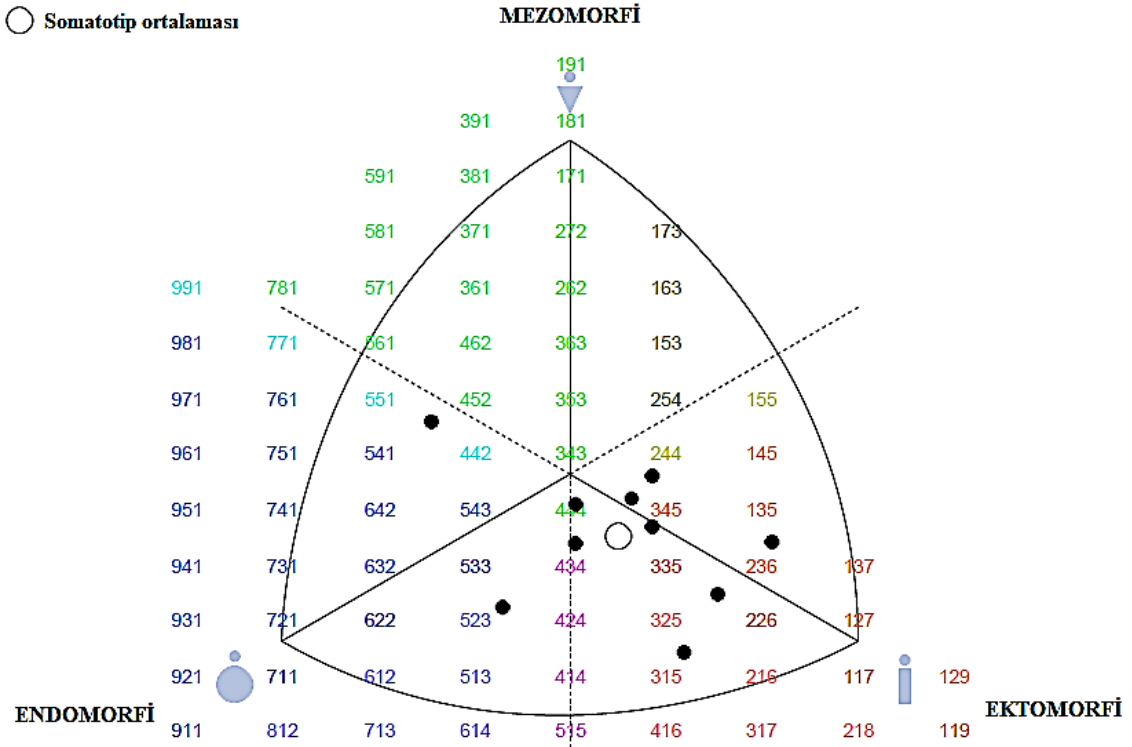
| Kategori | Minikler | Küçükler | Yıldızlar | Gençler | Genel |
|---------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| Endomorf-Ektomorf | - | - | 1 | - | 1 |
| Ektomorfik endomorf | 1 | - | 1 | - | 2 |
| Dengeli endomorf | 1 | 2 | - | - | 3 |
| Mezomorfik endomorf | 1 | 6 | - | 1 | 8 |
| Mezomorf-Endomorf | 2 | 4 | 1 | - | 7 |
| Endomorfik mezomorf | 2 | 1 | - | 4 | 7 |
| Dengeli mezomorf | 2 | - | - | 3 | 5 |
| Ektomorfik mezomorf | - | - | - | - | - |
| Mezomorf-Ektomorf | 3 | 2 | - | 1 | 6 |
| Mezomorfik ektomorf | 3 | 5 | 2 | 2 | 12 |
| Dengeli ektomorf | 7 | 7 | 4 | 1 | 19 |
| Endomorfik ektomorf | - | - | - | - | - |
| Merkezi | 7 | 5 | 1 | 5 | 18 |
| Toplam | 29 | 32 | 10 | 17 | 88 |



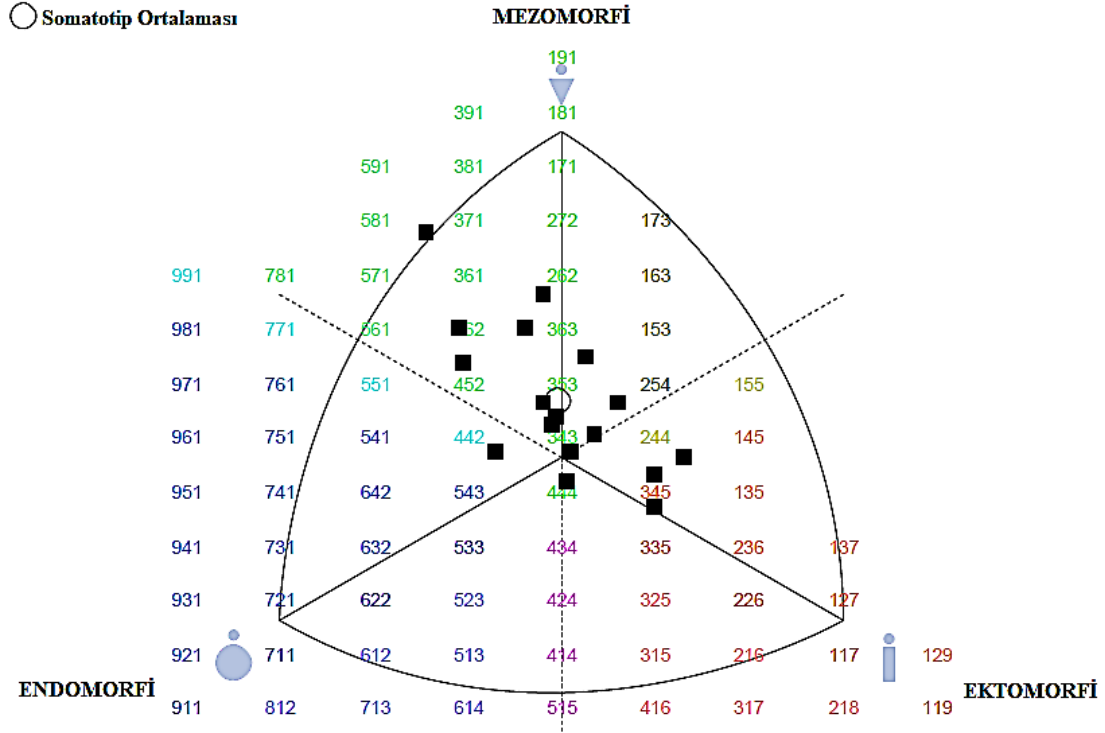
Şekil 1: Minikler kategorisinin somatokart üzerindeki dağılımı.



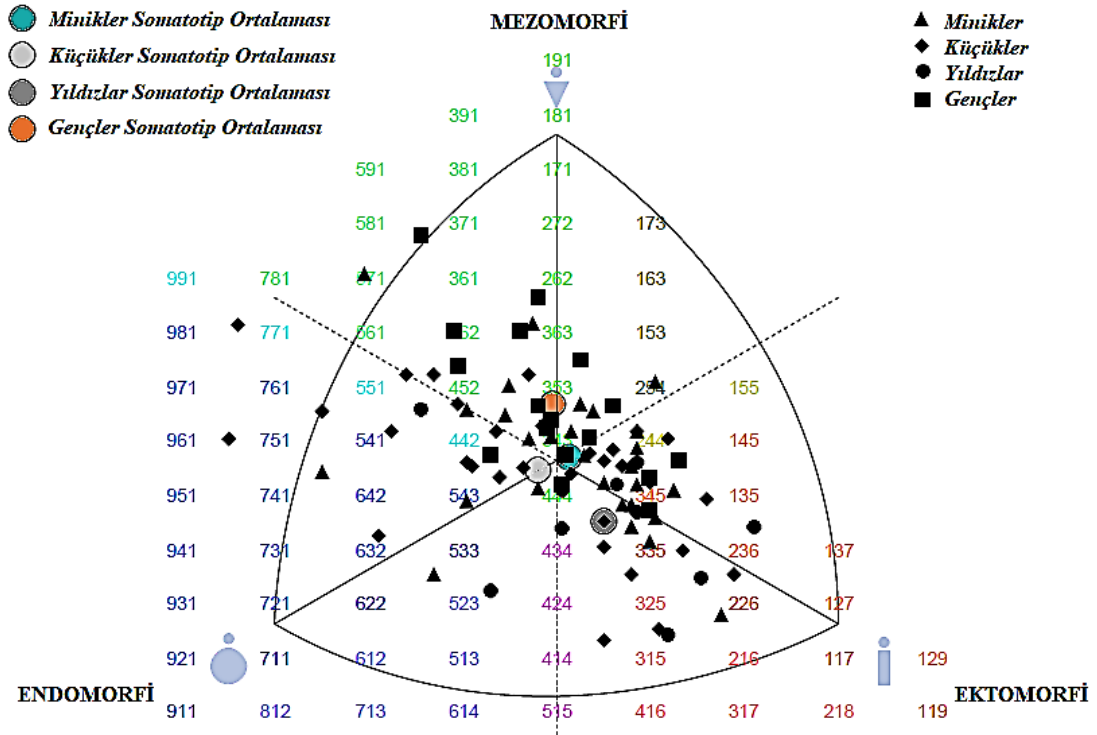
Şekil 2: Küçükler kategorisinin somatokart üzerindeki dağılımı.



Şekil 3: Yıldızlar kategorisinin somatokart üzerindeki dağılımı.



Şekil 4: Gençler kategorisinin somatokart üzerindeki dağılımı.



Şekil 5: Tüm futbolcuların somatokart üzerindeki dağılımı.

Futbolcuların kategorilerine göre spor yaşı miniklerde 1-24 ay arası, küçüklerde 1-54 ay arası ve yıldızlarda 1-48 ay arası olarak hesaplanmıştır. Antrenman durumları ise üç kategoride de haftalık 2 saat olarak belirlenmiştir. Gençler kategorisinin spor yaşı 4-10 yıl arasındadır ve antrenman saati haftada 8 saattir.

Futbolcuların somatotip değerleriyle haftalık antrenman saati ve spor yaşı arasındaki ilişki Tablo 4’te gösterilmiştir. Antrenman saati ve mezomorfi bileşeni arasında pozitif ve anlamlı ($p<0.05$); spor yaşı ve ektomorfi arasında ise negatif ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($p<0.05$). Endomorfi bileşeni, mezomorfi ile güçlü ve pozitif bir ilişki içerisindeyken ($p<0.01$), ektomorfi ile güçlü ve negatif bir ilişki göstermiştir ($p<0.01$). Mezomorfi bileşeni ile ektomorfi arasında ise güçlü ve negatif bir ilişki bulunmaktadır ($p<0.01$).

Tablo 4: Futbolcuların haftalık antrenman saati, spor yaşı ve somatotip değerlerinin korelasyon analizi.

| | Spor yaşı | Endomorfi | Mezomorfi | Ektomorfi |
|------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| Antrenman saati | 0.905** | -0.189 | 0.221* | -0.208 |
| Spor yaşı | | -0.178 | 0.219 | -0.258* |
| Endomorfi | | | 0.362** | -0.747** |
| Mezomorfi | | | | -0.671** |

* $p<0.05$; ** $p<0.01$

TARTIŞMA ve SONUÇ

Bir sporcunun başarıya ulaşması için gerekli olan dikey sıçrama, esneklik, anaerobik güç, aerobik kapasite, dayanıklılık, kuvvet, koordinasyon, antrenman düzeyi ve vücut bileşimi gibi birçok faktör bulunmaktadır. Bu faktörlerden biri de vücut yapısını nicel bir şekilde ortaya koyan somatotip yöntemidir. Mevcut çalışmada çocuk ve adölesan dönem erkek futbolcuların somatotip özellikleri dört kategoride incelenmiştir.

Literatürdeki çalışmalarda Olimpik ve Milli Takım düzeyindeki futbolcuların somatokart üzerinde mezomorfi alanında yoğunlaştığı görülmektedir. Avrupa’daki profesyonel futbolcular somatokartta mezomorfi bölgesinde dağılmaktadır ve somatotipleri 2.5; 5.0; 2.5 değerlerine yakındır. Brezilya ve Fransa’nın profesyonel futbolcularında mezomorftan sonra endomorfi; İngiliz profesyonel futbolcularda ise mezomorftan sonra ektomorfi bileşeni yüksek değerler sergilemektedir (Carter ve Heath, 1990). İspanya Milli Takım futbolcularının somatotipi 2.2; 5.1; 1.9, İspanya en üst düzey lig futbolcularının somatotipi 2.6; 4.9; 2.3 olarak hesaplanmıştır. Diğer ülkelerin en üst düzey lig futbolcuların somatotipi incelendiğinde İngiltere’de 2.6; 4.2; 2.8, Portekiz’de 2.8; 5.6; 2.2 olarak saptanmıştır (Casajús, 2001). Türkiye Süper Lig’indeki profesyonel futbolcuların somatotipi 2.32; 4.47; 2.40 olarak belirlenmiştir (Koca ve ark., 2002). Hazir (2010), Türkiye Süper Lig futbolcuların somatotipini 2.5; 4.8; 2.3, Türkiye Birinci Lig futbolcuların somatotipini ise 3.0; 4.5; 2.6 olarak saptamıştır. Türkiye Süper Lig’inde yapılan bir başka çalışmada ise somatotip 2.34; 4.35; 2.30 olarak hesaplanmıştır (Orhan ve ark., 2013). Bahsi geçen çalışmalar göz önünde

bulundurulduğunda, profesyonel futbolcuların somatotip profillerinde mezomorfi değerinin baskın olduğu anlaşılmaktadır.

Genç futbolcular üzerinde yapılan Brezilya'daki çalışmalara bakıldığında Canhadas ve arkadaşları (2010), 10-13 yaş aralığındaki 282 futbolcunun somatotip değerlerinde mezomorfinin baskın, endomorfinin ise düşük olduğunu belirtmişlerdir. Çalışmamızda küçükler kategorisi dengeli ektomorf; yıldızlar kategorisi endomorfik ektomorf özellik göstermiştir. Fidelix ve arkadaşları (2014), Brezilya'daki iki profesyonel takımda gerçekleştirdikleri çalışmada 15-17 yaş aralığındaki 67 futbolcunun somatotipini 2.6; 4.3; 2.9 olarak belirlemişlerdir. Çalışmamızdaki gençlerin mezomorfi değeri Brezilyalı futbolculara göre daha düşük bulunmuştur. İspanya'da yapılan çalışmalar incelendiğinde 3. Lig Getxo Arenas takımında ulusal ve bölgesel düzeyde oynayan 14-19 yaş arasındaki 282 futbolcunun mezomorfi değeri yüksek bulunmuştur (Gil ve ark., 2010). İspanya'da yapılan bir başka çalışmada 16-18 yaş aralığındaki 60 amatör futbolcunun somatotipi 2.56; 3.73; 2.77 olarak hesaplanmıştır (Hernandez ve ark., 2017). İspanyol genç futbolcular çalışmamızdaki gençler kategorisiyle göreceli olarak benzerlik göstermektedir. İtalyan genç futbolcular üzerinde yapılan çalışmada Perroni ve arkadaşları (2015), 14-17 yaş aralığındaki 112 futbolcunun genel somatotip ortalamasını 2.8; 3.8; 2.9 olarak saptamışlardır. Çalışmamızdaki yıldız futbolcular endomorfi bileşeni açısından İtalyan sporcularla benzer değerlere sahipken, mezomorfi değerinin daha düşük olduğu belirlenmiştir. Gençler kategorisinin somatotip değerleri İtalyan futbolculardan düşük bulunmuştur.

Yunanistan'da 2009-2010 sezonunda yapılan çalışmada 10-22 yaş aralığındaki 297 futbolcunun genel somatotipi 3.0; 4.9; 2.3 olarak belirlenmiştir. U12 yaş grubunda (5.5; 4.5; 2.1) endomorfi, diğer yaş gruplarında mezomorfi bileşeninin baskın olduğu bildirilmiştir (Nikolaidis ve Karydis, 2011). Yunan U12 futbolcuların ektomorfi değeri düşükken, bu çalışmadaki yıldızların ektomorfi bileşeni baskındır. Çalışmamızdaki küçükler kategorisi ise Yunan U12 futbolcular gibi endomorfik bir yapı göstermiştir. Çek futbolcular üzerinde yapılan çalışmada Kutac (2013), 17 yaşındaki 90 genç futbolcuyu oynadığı kulüplerin liglerine göre üç performans grubuna ayırmıştır. Bunun sonucunda somatotip değerlerini yüksek seviyede (en üst lig) 2.73; 4.50; 3.37, orta seviyede (bölgesel) 3.01; 4.96; 3.65, düşük seviyede (ilçe ve belediye) 4.28; 5.18; 2.61 olarak saptanmıştır. Mevcut çalışmada gençler kategorisinin Çek futbolcular gibi kaslı bir yapı gösterse de daha düşük mezomorfi değerine sahip olduğu anlaşılmaktadır. Koreli futbolcular üzerinde 2013 yılında yapılan çalışmada, ortalama 16 yaşındaki 22 futbolcunun ektomorfi bileşeni yüksek bulunmuştur (2.0; 2.6; 3.1) (Noh ve ark., 2014). Çalışmamızdaki yıldız futbolcularda da benzer şekilde ektomorfik bir yapı saptanmıştır. Gontarev ve arkadaşları (2016) Makedonya'nın en iyi kulüplerinden 14-18 yaş arasındaki 486 futbolcunun somatotip profilini 14 yaşta 2.74; 4.37; 3.48, 15 yaşta 2.63; 4.38; 3.28; 16 yaşta 2.58; 4.76; 3.01, 17 yaşta 2.54; 4.76; 2.78, 18 yaşta ise 2.44; 4.68; 2.91 olarak hesaplamışlardır. Mevcut çalışmada yıldız ve genç futbolcular Makedon oyunculara göre daha düşük değerlerde mezomorfi bileşenine sahiptir. 17 yaş Makedon futbolcular ise çalışmamızdaki yıldız futbolcularla ektomorfi değeri açısından yakınlık göstermiştir. Kosova'da yapılan çalışmada ise Süper Lig U19 futbolcuların somatotip profili 2.35; 3.45; 3.25 olarak hesaplanmıştır (Gjonbalaj ve ark., 2018). Çalışmamızda genç futbolcuların mezomorfi değeri 3.5, ektomorfi bileşeni ise 2.4 olarak saptanmıştır.

Ülkemizde yapılan çalışmalar incelendiğinde Çoruh ve Müniroğlu (1998), üç farklı ligde mücadele eden 14-16 yaş aralığındaki 51 futbolcunun somatotip profillerini birinci ligde 1.6; 2.9; 3.1, ikinci ligde 1.9; 3.4; 3.3, üçüncü ligde ise 2.4; 3.1; 3.1 olarak hesaplamışlardır. Çalışmamızdaki gençler kategorisi endomorfi açısından üçüncü lig futbolcularıyla; mezomorfi açısından ikinci lig futbolcularıyla yakın değer göstermektedir. Yine benzer bir çalışmada Ramanlı ve Müniroğlu (2002), üç farklı ligde mücadele eden toplam 132 futbolcuyu incelemişlerdir. Oyuncuların somatotip profillerini; birinci ligde 1.6; 3.5; 2.7, ikinci ligde 1.7; 2.9; 2.6, üçüncü ligde ise 1.7; 3.0; 2.7 olarak bulmuşlardır. Çalışmamızda gençlerin somatotipi 2.5; 3.5; 2.4 olarak saptanmıştır ve birinci lig futbolcuların mezomorfi değeriyle aynı sonucu vermiştir. Köklü ve arkadaşları (2009), ortalama 16 yaşındaki futbolcuların somatotip profillerini 2.30; 3.73; 3.08 olarak hesaplamışlardır. Türk futbolcular üzerine yapılan bir diğer çalışmada 9-11 yaş aralığındaki 107 futbolcunun genel somatotipi 2.59; 6.72; 3.00 olarak belirlenmiştir. Tüm yaş gruplarında mezomorfi değerinin baskın olduğu belirtilmiştir (Polat ve ark., 2009). Çalışmamızdaki futbolcuların mezomorfi değeri bu çalışmalarla karşılaştırıldığında daha düşük değerde bulunmuştur. Apti (2010), Türkiye Süper Ligi'nde oynayan bir futbol takımının alt yapısında yetişen 10-18 yaş arasındaki 122 futbolcunun genel somatotip ortalamasını 2.23; 4.14; 3.24 olarak bulmuştur. Polat ve arkadaşları (2010) 16 yaşındaki 68 futbolcunun somatotip profilini 2.06; 4.35; 2.60 olarak hesaplamıştır. Çalışmamızda ise sadece gençler kategorisi mezomorfik bir yapı göstermiştir.

Kaslılık, futbolcularda ön plana çıkan ve avantaj sağlayan bir yapıdır. Futbol sporunun doğasında topla birlikte gerçekleşen bir mücadele vardır. Bu durum özellikle alt ekstremite kaslarının gelişmesine katkıda bulunmaktadır. Çalışmamızda mezomorfi bileşeni gençler kategorisi dışında düşük değerler göstermektedir. Güreş, halter gibi sporlarda endomorfi değeri bir avantaj yaratır ancak sürat ve hız açısından futbolcuları olumsuz yönde etkilemektedir. Ayrıca vücut yağının fazla olması enerji tüketimini artırmakta ve buna bağlı olarak çabuk yorulmaya neden olmaktadır. Bu nedenle futbolcuların genel somatotip değerlerinde endomorfi bileşeninin ikinci veya üçüncü seviyede olması önerilmektedir. Çalışmamızda ise endomorfi bileşeni küçükler ve yıldızlar kategorisinde yüksek değerlere sahiptir.

Fiziksel aktivite vücut yapısını etkileyen en önemli unsurdur. Aynı şekilde, doğuştan gelen vücut yapısı da fiziksel aktiviteyi etkilemektedir. Spordaki başarının artmasına yönelik yapılan somatotip çalışmalarında bu iki etkileşim temel alınmaktadır. Çalışmamızda gençler kategorisinin literatürdeki sonuçlara göre kısmen benzerlik gösterdiği belirlenmiştir. Diğer yaş kategorileri ise futbolcuların sahip olmaları gereken somatotip yapısına tam olarak uygun değildir. Bu durum antrenman saati ve spor yaşıyla ilişkilidir. Ayrıca kalıtım, beslenme, sosyo-ekonomik düzey ve çevresel faktörlerin de etkisi olabilir.

Çalışmamızdaki sonuçlar, sporcu seçiminde vücut yapısının dikkate alınmadığını göstermektedir. Çocuk yaşta sporcu seçiminde antrenörlerin rekabetçi düzeydeki sporcuların vücut yapılarını göz önünde bulundurması başarıya ulaşmayı sağlayabilir. Bu doğrultuda kaslı ve az yağlı vücut yapısına sahip sporcuların seçilebileceği, ayrıca branşa uygun vücut yapısının oluşması için gerekli antrenman düzenlemelerinin yapılabileceği dikkate alınmalıdır.

SINIRLILIKLAR

Çalışmamızda kontrol grubu (sedanter) bulunmamaktadır ve mevki dağılımına göre inceleme yapılmamıştır. Ancak çalışmamız, futbolcu seçimlerinde vücut yapısının ne kadar dikkate alındığını anlamak ve antrenman saati ile spor yaşının somatotip üzerindeki etkisini belirlemek için önem taşımaktadır. Çalışmamız sonucunda spor yaşı ve antrenman saatinin artmasıyla somatotip profilinin futbola uygun bir şekilde değiştiğini söylemek mümkündür. Futbol branşında, küçük yaş grupları üzerinde yapılacak olan uzunlamasına çalışmalar sporun somatotip üzerine olan etkisini daha açık bir şekilde ortaya koyacaktır.

KAYNAKLAR

- Apti, A. (2010). 10-18 yaş erkek futbolcularda somatotip ve vücut kompozisyonunun aerobik performans ve yaşanan sportif yaralanmalar ile ilişkisinin değerlendirilmesi. *Fırat Tıp Dergisi*, 15(3), 118-122.
- Ayan, V., Mülazımoğlu, O. (2009). Sporda yetenek seçimi ve spora yönlendirmede 8-10 yaş grubu erkek çocuklarının fiziksel özelliklerinin ve bazı performans profillerinin incelenmesi (Ankara Örneği). *F.Ü. Sağ. Bil. Tıp Dergisi*, 23(3), 113-118.
- Bodzsar, E. B., Susanne, C. (2004). On Physique and Body Composition. *Physique and Body Composition Variability and Sources of Variations; Biennial Books of EAA*, 3, 9-40.
- Carvajal, W., Betanvourt, H., Leon, S., Deturnel, Y., Martinez, M., Echevarria, I., Castillo, M.E., Serviat, N. (2012). Kinanthropometric profile of cuban women olympic volleyball champions. *MEDICC*, 14(2), 16-22.
- Casajús, J.A. (2001). Seasonal variation in fitness variables in professional soccer player. *J Sports Med Phys Fitness*, 41(4), 463-469.
- Choi, W.S., Moon, O.K., Choi, J.H., Kim, B.K., Wang, J.S., Kim, H.R., Park, J.H., Song, Y.H., Hwang, H.S., Kim, S.H. (2013). A study on the transition and classification of somatotyping. *J Int Acad Phys Ther Res*, 4(1), 479-544.
- Çoruh, E.E., Müniroğlu, S. (1998). Ankara'daki profesyonel futbol takımlarının 14-16 yaş grubu oyuncularının somatotip özellikleri üzerine bir inceleme. *Hacettepe Futbol Bilim ve Teknoloji Dergisi*, 5(4), 13-17.
- Hernandez-Camacho, J.D., Fuentes-Lorca, E., Moya-Amaya, H. (2017). Anthropometric characteristics, somatotype and dietary patterns in youth soccer players. *Revista Andaluza de Medicina del Deporte*, 10(4), 192-196.
- Canhadas, I.L., Silva, R.L.P., Chaves, C.R., Portes, L.A. (2010). Anthropometric and physical fitness characteristics of young male soccer players. *RBCDH*, 12 (4), 239-245.
- Carter, J.E.L., Heath, B.H. (1990). *Somatotyping Development and Application* (Third Edition) Cambridge University Press.
- Duquet, W. and Carter J.E.L. (2009). *Somatotyping, In: Kinanthropometry And Exercise Physiology Laboratory Manual Tests, Procedures And Data*. Third Edition Volume One: Anthropometry, (Edited By: Roger Eston And Thomas Reilly), Routledge Taylor and Francis Group, 54-72.
- Fidelix, L.Y., Berria, J., Ferrari, E.P., Ortiz, J.G., Cetolin, T., Petroski, E.L. (2014). Somatotype of comparative youth soccer players from Brazil. *Journal of Human Kinetics*, 42, 259-266.
- Gil, S.M., Gil, J., Ruiz, F., Irazusta, A., Irazusta J. (2010). Anthropometrical characteristics and somatotype of young soccer players and their comparison with the general population. *Biol. Sport*, 27, 17-24.

Gjonbalaj, M., Georgiev, G., Bjelica, D. (2018). Differences in anthropometric characteristics, somatotype components, and functionalabilities among young elite Kosovo soccer players based on team position. *Int. J. Morphol.*, 36(1), 41-47.

Gontarev, S., Kalac, R., Zivkovic, V., Ameti, Vullnet, Redjepi, A. (2016). Anthropometrical characteristics and somatotype of young Macedonian soccer players. *Int. J. Morphol.*, 34(1), 160-167.

Hazir, T. (2010). Physical characteristics and somatotype of soccer players according to playing level and position. *J. Hum. Kinet.*, 26, 83-95.

İbiş, S., Gökdemir, K., İri, R. (2004). The analysis of some the physical and physiological parameters of the 12-14 years old male football players attending and not attending to football schools. *Kastamonu Education Journal*, 12(1), 285-292.

Koca, B., Özder, A., Gültekin, T., Akın, G. (2002). Farklı kategorilerdeki futbolcuların somatotip özellikleri. *Antropoloji*, 15, 91-102.

Köklü, Y., Özkan, A., Alemdaroğlu, U., Ersöz, G. (2009). Genç futbolcuların bazı fiziksel uygunluk ve somatotip özelliklerinin oynadıkları mevkilere göre karşılaştırılması. *Spormetre*, 7(2), 61-68.

Kutac, P. (2013). Somatic parameters of 17 year old soccer players in the older youth category in relation to sports performance. *Acta Univ. Palacki. Olomuc., Gymn.*, 43(3), 17-26.

Lombardo, M.P. (2012). On the Evolution of Sport. *Evolutionary Psychology*, 10(1), 1-28.

Malina, R.M. (2012). Physical activity as a factor in growth and maturation. *Human Growth and Development* (Editors: Cameron, N. and Bogin, B.) 2nd edn., Academic Press, Waltham, 375-396.

Nikolaidis, P.T., Karydis, N.V. (2011). Physique and body composition in soccer players across adolescence. *Asian Journal of Sports Medicine*, 2(2), 75-82.

Noh, J., Kim, M., Lee, L., Park, W., Yang, S., Jeon, H., Lee, W., Kim, J., Lee, J., Kwak, T., Lee, T., Kim, J., Kim, J. (2015). Somatotype and body composition analysis of Korean youth soccer players according to playing position for sports physiotherapy research. *J. Phys. Ther. Sci.*, 27(4), 1013-1017.

Norton, K., Olds, T. (2004). *Anthropometrica: A Test Book Body Measurement for Sports and Health Courses*. UNSW Press, Sydney, Australia.

Orhan, Ö., Sağır, M., Zorba, E. (2013). Comparison of somatotype values of football players in two professional league football teams according to the positions. *Coll. Antropol.*, 37(2), 401-405.

Öntürk, Y., Karacabey, K., Özbar, N. (2019). Günümüzde spor denilince ilk akla neden futbol gelir? Sorusu üzerine bir araştırma. *Spormetre*, 17(2), 1-2.

Özer, K. (2009). *Kinantropometri Sporda Morfolojik Planlama*. (2. Baskı) Nobel Basımevi, Ankara.

Perroni, F., Vetrano, M., Camolese, G., Guidetti, L., Baldari, C. (2015). Anthropometric and somatotype characteristics of young soccer players: differences among categories, subcategories, and playing position. *J Strength Cond Res*, 29(8), 2097-2104.

Polat, Y., Şahin, M., Çınar, V. (2009). Futbolcu çocukların antropometrik özellikleri ile somototiplerinin incelenmesi. *NEWWSA*, 4(4), 256-265.

Polat, Y., Biçer, M., Patlar, S., Akıl, M., Günay, M., Çelenk, Ç. (2010). Examination on the anthropometric features and somatotypes of the male children at the age of 16. *Ovidius University Annals, Series Physical Education and Sport*, 10(2), 238-243.

Berkay YAŞAR – Orcid ID: 0000-0002-3977-3532
Ahmet ÖZDEMİR – Orcid ID: 0000-0003-4896-0206
Sibel ÖNAL – Orcid ID: 0000-0002-8231-9503
Ayşegül ÖZDEMİR – Orcid ID: 0000-0002-8397-4622
Cansev MEŞE YAVUZ – Orcid ID: 0000-0002-8079-1230
Mehmet SAĞIR – Orcid ID: 0000-0002-9265-206X
Başak KOCA ÖZER – Orcid ID: 0000-0002-3171-1599

Pulur, A., Ceylan, M.A., Karaçam, A. (2017). Üniversitelerarası şampiyonalara katılan bireysel sporcuların bazı fiziksel ve fizyolojik özelliklerinin incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(1), 7-19.

Ramanlı, F., Müniroğlu, S. (2002). Farklı liglerde mücadele eden profesyonel futbol takımları sporcularının somatotip özellikleri üzerine bir inceleme. *Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi*, 13(4), 32-40.

Reilly, T., Bangsbo, J., Franks, A. (2000). Anthropometric and physiological predispositions for elite soccer. *Journal of Sports Sciences*, 18, 669-683.

Tekin, A., Tekin, G. (2014). Antik yunan dönemi: spor ve antik yunan oyunları. *Tarih Okul Dergisi*, 7(18), 121-140.

Yalçın, U., Balcı, V. (2013). 7-14 yaş arası çocuklarda spora katılımdan sonra okul başarılarında, fiziksel ve sosyal davranışlarında oluşan değişimlerin incelenmesi. *Spormetre*, 11(1), 27-33.

Weiner, J.S., Lourie, J.A. (1969). *In Human Biology: A Guide to Field Methods, I.B.P. Handbook*. Oxford: Blackwell Scientific Publications.

Geliş Tarihi (Received): 12.06.2019
Kabul Tarihi (Accepted): 12.12.2019
SPORMETRE, 2019,17(4),158-171
DOI: 10.33689/spormetre.576747

SPOR EĞİTİM MODELİYLE İŞLENEN FUTBOL ETKİNLİĞİNDE MAVİ KART UYGULAMASI: ÖĞRETMEN VE ÖĞRENCİ GÖRÜŞLERİ

Murat EDİŞ¹, Nevin GÜNDÜZ²

¹Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü

²Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Öz: Bu araştırmanın amacı, spor eğitim modeliyle işlenen futbol etkinliğinde mavi kart uygulamasının öğretmen ve öğrenci görüşlerine göre incelenmesidir. Araştırma öğretmen ve öğrenci görüşlerine dayalı nitel bir çalışmadır. Araştırmanın çalışma grubunu Ankara Özel Keçiören Hatem Orta Okulunda seçmeli beden eğitimi dersine giren tüm öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise Beden Eğitimi dersi kapsamında futbol branşına yönelik Mavi Kart uygulamasına katılan 6/A ve 7/A sınıfından 8'i kız 19'u erkek olmak üzere toplamda 27 ortaokul öğrencisi oluşturmuştur. Spor Eğitim modeliyle işlenen futbol etkinliği toplam 10 hafta sürmüştür. Uygulama sonunda görüşmeye gönüllü olarak katılmak isteyen öğrencilerden (22 kişi) randevu alınarak uzman kişiler tarafından hazırlanmış yarı yapılandırılmış görüşme formu uygulanmıştır. Öğrencilerden görüşme öncesi randevu alınan, sessiz bir odada ses kayıt cihazıyla görüşleri kayıt altına alınmıştır. Görüşme formu uygulamaya katılan öğrenciler için 5, öğretmen için ise 4 yarı yapılandırılmış soruyu içermektedir. Araştırmada kullanılan görüşme soruları bu konuda yapılan araştırmalar derlenerek ve uzman görüşü alınarak oluşturulmuştur. Futbol etkinliğinde mavi kart; hoşgörü, fair-play, sportmen olma, saygılı olmak, yardımlaşmak vb. kriterler göz önünde bulundurularak öğretmen gözlemine göre bu davranışları sergileyen öğrencilere verilmiştir. Araştırmada nitel verilerin analizi için betimsel ve içerik analizleri kullanılmıştır. Bu araştırmanın sonucunda öğretmen görüşüne göre; uygulama yapılan öğrencilerin ders içerisinde olumlu davranışlarının pekiştirilmesi ile daha çok olumlu davranışları sergilediklerini ve bu süreçte olumsuz davranışlardan da kaçındıklarını belirtilmiştir. Öğrenciler görüşlerinde; mavi kart uygulamasının okuldaki uygulamalarda davranışlarını olumlu etkilediğini, öğrencilerin birbirlerine olumsuz davranışlardan kaçındıkları, oyun içerisinde kasti faullerin azaldığı, öğrencilerin argo konuşmalardan uzak durdukları ve birbirleriyle olumlu iletişim kurduklarını belirterek, mavi kart uygulamasının devam etmesi gerektiği konusunda görüşlerini bildirmişlerdir.

Anahtar Kelimeler: Ders Dışı Etkinlikler, Futbol, Mavi Kart Uygulaması, Spor Eğitim Modeli,

BLUE CARD APPLICATION IN SOCCER EVENT WITH SPORT TRAINING MODEL: TEACHER AND STUDENT OPINIONS

Abstract: The purpose of this research is to analyze the effects of the practice of blue card in football activity, which is practiced as a part of sport education model on student behavior according to the opinions of the students and the teachers. This research is a qualitative study based on the opinions of the teachers and the students. The sample of the research consists of 27 (8 females, 19 male) students who participated in the practice of Blue Card in football branch within the physical education course. The football activity practiced as a part of Sport Education Model lasted 10 weeks. At the end of the activity, semi structured interview questions prepared by experts were asked to the students who volunteered to participate in the interview. The opinions of the students were recorded by a tape recorder in a silent room. The interview form contains 5 semi-structured questions for the students and 4 semi-structured questions for the teacher. The interview questions that were used in the present research were formed by compiling the research made on this subject. By taking into consideration criteria such as fair-play, sportsmanship, cooperation, being respectful, etc, Blue Card in football activity is given to the students exhibiting these behaviours according to the teacher observations. Content analysis was used to analyse qualitative data. As a result of this research, the students showed more positive behavior with the help of positive reinforcement in the class, and avoided negative behavior in the process according to the teacher's opinion. The practice of blue card affected their behavior in school activities positively, they avoid bad and negative behaviors against each other, the number of deliberate fouls in the game decreased, they avoid vulgarism and communicate with each other in a positive way and thus the practice of blue card should continue.

Key word: Extracurricular Activities, Football, Practice of Blue Card, Sport Education Model

GİRİŞ

1990’lı yılların başında Darly Siedentop tarafından geliştirilen Spor Eğitim Modeli (SEM), öğrencilerin yaşamları boyunca daha aktif ve sağlıklı deneyimlerini destekleyecek bir eğitim programı ve öğretim modelidir. Modeli oluştururken, Siedentop ders dışı fiziksel aktivite ortamlarında öğrencilerin katılımlarının ve motivasyonlarının daha yüksek olmasından etkilenerek bu modeli yaratmıştır. Bu modelde öğrenciler yalnızca daha bütün ve gerçekçi bir şekilde nasıl oynayacaklarını öğrenmezler, aynı zamanda spor deneyimlerini de kendileri koordine eder ve yönetirler. Ayrıca bu modelde öğrenciler, kişisel sorumluluk ve etkili grup üyeliği becerileri öğrenirler (Hünük ve ark., 2017).

Spor Eğitim Modeli, öğrencilere okulun içeriğine uyarlanmış özgün bir spor deneyimi sunmak için hazırlanmıştır (Siedentop ve ark., 2004). Bu model, çeşitli sporlardan (hazırlık aşamaları, yarışma ve final turnuvaları, istikrarlı takımlar, veri kaydı ve şenlikli olaylar) bir dizi özel unsurdan yararlanır ve bunları fiziksel olarak bütünleştirir (Metzler, 2005).

Hastie ve ark. (2014), beden eğitiminde modele dayalı uygulamalar üzerine yaptıkları araştırmada günümüzde özellikle son on beş yılda “spor eğitim modeli, taktiksel oyun yaklaşımı ve işbirlikli yaklaşım” gibi eğitim modellerinin beden eğitimini derslerinde sıklıkla kullandığını belirtmektedirler. Model ülkemizde 2006 yılından itibaren ortaokul ve lise öğretim programına girmiş ve 2013 yılı itibarıyla uygulanmaya başlanan Ortaokul Spor ve Fiziki Etkinlikler Dersi’nin temelini oluşturmuştur (Hünük ve ark., 2017).

Spor eğitim modelinin amacı, sosyal becerileri fiziksel aktivite ile bütünleştirmektir. Bu öğretim modeli, spor kültürü becerilerini ve stratejilerini bir öğrencinin sportmen, eşitlikçi ve kapsayıcı çevreye katılımıyla ilişkilendirmek üzere tasarlanmıştır. Spor eğitim sezonları spesifik sosyal davranışlar geliştirmek üzere tasarlanmıştır. Bir öğrenci, sportmenliğin (fair play) ne anlama geldiğini ve nasıl yürürlüğe konacağını öğrenme fırsatı bulur. Sportmenlik kavramı sadece kurallara uymanın ötesine geçen hedefler olarak tanımlanır. Hedefler şunlardır: (a) öğrenci, sınıf ve takım içindeki görevlere zamanında ve aktif olarak tam ve sorumlu katılır; (b) öğrenci, etkinliklerde takımının rollerini yerine getirirken takım arkadaşları ile işbirliğinde en iyi çabayı gösterir; (c) öğrenci, kendi davranışını kontrol eder, diğerlerinin katılma hakkını destekler, çatışmaları çözer ve takım arkadaşları ve rakiplerine saygı gösterir; (d) iyi spor, kurallara göre oynayan, hakemlere ve rakiplere saygı duyan ve kazanma ve kaybetme deneyimlerinde olumlu tutum gösteren bir öğrenci tarafından gösterilir; (e) öğrencinin, başkalarının olumlu etkisine girmesi yararlıdır ayrıca iyi oyunu ve çok çalışmayı takdir etmesi olarak tanımlanmıştır (Koç, 2017).

Fair play, centilmenlik, dostluk, arkadaşlık gibi iyi davranışları kapsamaktadır. Fair-play sporda centilmenlik anlamına gelmekte, İngilizce’de fair, güzel, zarif, hoş, saf, lekesiz, şerefli, dürüst, doğru, adil anlamına kullanılmaktadır (Pehlivan, 2004).

Fair play olgusu anlatımı ve öğretimi aile içerisinde başlayıp okullarda ve sonrasında toplumda kendisini göstermesi gereken bir yaşam disiplini olarak düşünülmelidir. Fair play sadece sportif ilişkileri düzenleyen bir kavram değil, bir kültür olayı olarak ele alınmalıdır. Bir yaşam biçimidir. Fair play tüm spor dallarının üzerinde olan bir düşünce, davranış tarzıdır.

Beden eğitiminde Fair Play anlayışının gereksinimi, eşit yarışma şartlarının ve fırsat eşitliğinin sağlanması ve korunması, sportif rakibe oyunun gerçekleşmesini sağlayan

kendisiyle eşdeğer aktör olarak kıymet verilmesi ve onun fiziksel ve ruhsal dokunulmazlığına saygı gösterilmesi, haksız avantajlardan kaçınılması gibi yüksek insani kalitelere işaret eden bir düzeyden, sadece kurallara uymanın dahi erdemlilik olarak görüldüğü bir zemine oturtulmuştur (Yıldırım, 2005).

Beden eğitimi ve spor dersi tüm toplumun spor ile ilgili temel eğitimi aldığı yerdir ve sporla ilgili geliştirilmek istenen davranışlar için önemli fırsattır. Beden eğitimi ve sporun karakter inşa ettiği her zaman söylenen genel kanı olsa da spor içerisinde ahlaki kalite gittikçe düşmektedir (Yapan, 2007).

Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi ülke sporunda görülen şiddetin, saldırganlığın ve sportmenlik dışı hareketlerin önlenmesi için toplumu bilinçlendirme faaliyetleri yapsada okullarda sportmenliğe dönük iyi yapılandırılmış uygulama ve etkinliklere ihtiyaç bulunmaktadır (Koç, 2017). Kaehler (1985), okul sporunda Fair Play'e uygun olmayan davranışların düşündürücü artışlar gösterdiğine işaret etse de Fair Play çalışmalarının, etik donanımlara sahip bir genç kuşağın yetiştirilmesine yönelik olarak, ilk ve orta öğretim çağı çocuk ve gençlerinin beden eğitimi derslerinden başlatılması, geleceğin sporcu, antrenör, spor adamı, hakem, yazar ve seyircisinin bu kitle içinden çıkacak olması bakımından önemlidir (Yıldırım, 2005).

Okullardaki değerler eğitiminin amaçlarından biri, öğrencilerde sağlıklı, tutarlı ve dengeli bir kişilik oluşturmaktır. Diğer bir amacı ise “her öğrenciyi hem ilgi ve yetenekleri doğrultusunda yetiştirerek hayata ve üst öğrenime hazırlamak, hem de “iyi insan”, “iyi vatandaş” olmalarını sağlamak için gerekli bilgi, beceri, tutum, davranış ve alışkanlıklar kazandırıp, onları kendi ahlak anlayışına uygun olarak yetiştirmektir. Bu birinci amaç, yani, “öğrencilerde sağlıklı, tutarlı ve dengeli bir kişilik oluşturmak”, esasen eğitimin en temel amacıdır. Zira o olmadan, belirlenmiş diğer amaçlara ulaşılsa bile çok fazla bir anlam ifade etmez (Aydın, 2010).

Mavi Kart uygulaması sporda erdemlilik ve fair-play davranışlarını içeren bir uygulama olması sebebiyle okullarda uygulanması öğrencilere fayda sağlayacağı düşünülmüştür. Mavi kart uygulaması erdemsiz davranışların arttığı okul ortamlarında ve spor müsabakalarında değerler eğitimini ön plana çıkartabilecek bir çalışmadır. Bu bilgiler çerçevesinde araştırmanın amacı, spor eğitim modeli kapsamında işlenen futbol etkinliğinde mavi kart uygulamasının öğretmen ve öğrenci görüşlerine göre incelenmesidir. Bu çerçevede aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır.

- 1- Mavi Kart uygulamasının öğrencilerin okuldaki davranışları üzerine olumlu etkileri oldu mu?
- 2- Mavi Kart uygulamasının öğrencilerin okuldaki davranışları üzerine olumsuz etkileri oldu mu?
- 3- Mavi Kart uygulamasından sonra öğrencilerin arkadaşlarıyla olan iletişim ve ilişkilerinde bir değişiklik oldu mu?

MATERYAL METOT

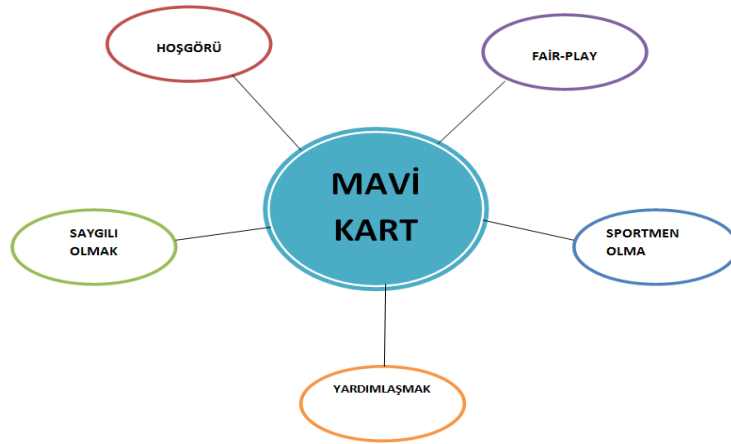
Araştırma, uygulama ve aynı zamanda öğrenci-öğretmen görüşlerinin birlikte ele alındığı karma desen bir çalışmadır.

Çalışma Grubu

Bu araştırmanın evrenini Ankara Keçiören Özel Hatem Ortaokulu 6. ve 7. sınıf öğrencileridir. Nicel grubunun örneklemini seçmeli beden eğitimi dersinde, spor eğitimi modeli kapsamında öğrencilerin futbol branşına yönelik çalışmalara katılan 6-A ve 7-A sınıfından toplam 27 öğrenci (8 kız, 19 erkek) oluşturmuştur. Öğrenciler spor eğitim modeli çerçevesinde futbol uygulamasında sporcu olmak üzere antrenör, hakem, basın mensubu, malzemeci, ilk yardım gibi rolleri alarak uygulamada görev almışlardır. Uygulamada futbol oyuncusu olarak katılmak istemeyen bazı öğrenciler sporcu görevi dışındaki görevleri üstlenmişlerdir. Araştırmanın nitel grubunun örneklemini ise gönüllü katılan 22 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada örneklem grubunu oluşturmada, kolay ulaşılabılır örneklem ve amaçlı örneklem teknikleri kullanılmıştır.

Veri Toplama Aracı

Araştırmanın nicel verileri için öğretmen tarafından öğrencilere yönelik bilgilendirme ve mavi kart kazanılacak davranışlar açıklanmış (Bkz.Şek.1), bunların en az birini sergileyen her öğrenci için mavi kartın verileceği öğrencilere aktarılmıştır. Toplam 10 hafta süren bu araştırmada 14 günlük süreçte 1 öğrenci Mavi Kart ile ödüllendirilmiş ve ‘’ 1. Parlayan Yıldızımız’’ isimli teşekkür belgesi ile ödüllendirilmiştir. Ödüllerini alan öğrenciler okul panosunda sergilenmiş ve ödülleri pazartesi günü yapılan İstiklal Marşı töreninde öğrencilere takdim edilmiştir. Araştırmanın nitel verileri için ise, spor eğitim modeli kapsamında işlenen futbol etkinliği ve mavi kart uygulamasının öğrenci, sporcu davranışları üzerine etkilerinin öğretmen, öğrenci, sporcu ve antrenör görüşlerine göre incelendiği bu alandaki yapılmış çalışmalar taranarak yarı yapılandırılmış görüşme sorularını (öğrenciler için 5), (öğretmen için 4) içeren bir görüşme formu oluşturulmuştur. Görüşme formu uzman kişi tarafından incelenmiş ve soruların amaca yönelik olduğu belirlenmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilere araştırmanın amacı açıklanarak araştırmaya katılımın tamamen gönüllülük esasına dayandığı belirtilmiştir. Araştırmaya başlamadan önce uygulamaları gerçekleştirmek için öncelikle araştırmanın gerçekleştiği okul yöneticilerinden gerekli izin alınmıştır. Araştırmaya katılan öğrenci velilerinden gönüllü katılım onayları alınmıştır



Şekil 1. Mavi Kart'ın Verildiği Davranışlar

Mavi kart ile ilgili kavramlar;

Hoşgörü: Mavi kart kapsamında hoşgörü kavramını sporcuların ve görevli öğrencilerin spor eğitim model uygulaması esnasında herhangi bir durumda o öğrenci o konuda bilgili olmasına karşın karşısındaki arkadaşını olabildiğince anlayışla karşılayıp, tepki göstermemek, rahatsız olmamak şeklinde tanımlanmıştır.

Fair Play: Mavi kart kapsamında fair play kavramını öğrencilere müsabaka esnasında rakip takıma saygı duymak, centilmen olmak, sporun gerektirdiği doğruları yerine getirmek anlamında tanımlanmıştır. Örnek verecek olursak; top taç çizgisini geçtiğinde sporcunun eğer top kendisinden çıkmış ise hakemin işini kolaylaştırmak adına doğruyu hakeme söylemesi ya da rakibini ciddi şekilde sakatlayacak bir davranışı sergilememesi gibi düşünülebilir.

Saygılı olmak: Spor eğitim modeli ile uygulanan futbol etkinliğindeki mavi kart uygulamasında öğrencilerin rakip takım oyuncusu, antrenör ve kendi takım arkadaşlarına saygılı olması konusunda saygılı olmak terimi kullanmıştır. Örneğin, müsabakada skor avantajını eline almış bir takım karşı takım oyuncularını rencide etmemek ve spordan soğumamaları adına skor avantajını gereksiz şekilde açmamaları ve rakibi maç sonunda abartılı sevinçler göstermek yerine teselli etmeleri gerektiği şeklinde tanımlanmıştır.

Sportmen olma: Mavi kart uygulamasında öğrencilere sportmen olma kavramını; bir spor müsabakasında oyunun kurallarına uymaktan da öte, disiplinli ve istikrarlı belli bir davranış tarzını sürekli olarak sergilemek şeklinde tanımlanmıştır.

Yardımlaşmak: Mavi kart uygulamasında yardımlaşma kavramı spor eğitim modeli kapsamında yapılan bir uygulama olması sebebiyle öğrencilerin takım içindeki uyumu ve arkadaşlarıyla olan düzenini geliştirmek için gözlemlediğimiz bir davranıştır. Yardımlaşma saha içerisinde veya dışında olabilir. Örneğin; malzemecinin takımı motive edeceği renkte yelekleri öğrencilere sunması, teknik direktörün takım oyuncularına eşit sürede görev vererek onları motive etmesi, fotoğrafçının tüm sporcuların estetik fotoğraflarını çekerek onlarla paylaşması bir yardımlaşma örneğidir. Yukarıda bahsi geçen örneklerde öğrenciler arasındaki iletişimin artması sebebiyle model içerisindeki tüm yardımlaşma kavramları “Yardımlaşmak” anlamında değerlendirilmiştir. Mavi Kart’ın verildiği davranışların listesi aşağıdaki gibidir.

- Herhangi bir fair-play davranışı sergilemek.
- Rakip takıma ve oyuncularına saha içerisinde saygılı davranmak.
- Yere düşen arkadaşını kaldırmak.
- Sakatlığı olan rakip öğrenci dahi olsa tedavisinde yardımcı olmak.
- Malzemelerin derse getirilmesi ve toparlanmasında işbirlikli şekilde çalışmak.
- Dürüst olmak. (müsabaka esnasında verilen kararların doğruluğu konusunda hakeme ve arkadaşına karşı dürüstlük)
- Sportmenliğe uygun davranışlar sergilemek.

Tablo 1. Mavi Kartın Verildiği Öğrencilerin Davranışlara Göre Dağılımı

| MAVİ KART ALAN ÖĞRENCİLER | |
|---------------------------|---------------|
| ÖĞRENCİ 1 | YARDIMLAŞMAK |
| ÖĞRENCİ 2 | HOŞGÖRÜ |
| ÖĞRENCİ 3 | SAYGILI OLMAK |
| ÖĞRENCİ 4 | FAİR-PLAY |
| ÖĞRENCİ 5 | SPORTMEN OLMA |

Verilerin Toplanması

Araştırmada nicel verilerin toplanmasında öğrencilerin spor eğitim modeli kapsamında 10 hafta süren futbol etkinliğinde mavi kart uygulamasında aldıkları mavi karta ilişkin

davranışlar tablo 1 de verilmektedir. Toplam 5 öğrenci mavi kart almıştır. Futbol etkinliğinin sonunda öğrenciler araştırmanın nitel bölümü ile ilgili bilgilendirilmiş görüşmeyi kabul eden, 22 öğrenciden randevu talep edilerek görüşmeler yapılmıştır. Görüşmeler sırasında ses kayıt cihazı kullanılmıştır ve görüşmeler 15 dk. ile 25 dk. arasında sürmüştür. Araştırmaya katılan öğrencilerin görüşmede sorulara verdikleri cevaplardan elde edilen verilerin anlaşılır şekilde çözümlenmesi için nitel analiz tekniklerinden betimsel ve içerik analizi teknikleri kullanılmıştır. Elde edilen veriler öncelikle bilgisayar ortamında düz yazı haline getirilmiştir. Daha sonra veriler dile getirilen ifadeler ile kısa cümleler halinde araştırmacı tarafından kodlanmıştır. Araştırmanın bulgularında temalara ilişkin öğrenci ifadeleri isimleri yazılarak İbrahim, İlgın, Mehmet..., şeklinde kodlanmıştır.

Nitel Görüşme Soruları (Öğrenci)

1. Mavi Kart uygulamasının okuldaki davranışlarınız üzerine olumlu etkileri nelerdir?
2. Mavi Kart uygulamasının okuldaki davranışlarınızın üzerine olumsuz etkileri nelerdir?
3. Mavi Kart uygulaması beden eğitimi derslerinde devam etmeli mi?
4. Mavi Kart uygulamasından sonra arkadaşlarınızla iletişim ve ilişkilerinizde bir değişiklik oldu mu? Oldu ise neler
5. Mavi Kart uygulaması sizin için ne ifade ediyor?

Nitel Görüşme Soruları (Öğretmen)

1. Mavi Kart uygulaması Beden Eğitimi dersi kapsamında amacına ulaştı mı?
2. Mavi Kart uygulamasında sizi sınırlayan faktörler nelerdir?
3. Mavi Kart uygulamasının size göre öğrenci üzerine olumlu etkileri oldu mu?
4. Mavi Kart uygulamasının öğretmen olarak size ne gibi katkıları oldu?

Geçerlilik: Araştırmada iç geçerlik için bulguların kendi içinde tutarlı ve anlamlı olmasına dikkat edilmiştir. Elde edilen bulgular araştırmacı tarafından ve kodlama yapan uzman kişi tarafından gözlemlenerek bulguların bir bütün olması sağlanmıştır. Bu araştırmanın dış geçerliliği için ise araştırma grubunun özellikleri, örneklem seçimi açık olarak belirtilmiş ve metin içinde doğrudan alıntılara yer verilmiştir.

Güvenirlilik: Araştırmanın gerçekleştiği okul ve katılımcılar yöntem bölümünde detaylı bir şekilde tanımlanmıştır. Araştırmada iç güvenirlilik için elde edilen ifadeler araştırmacı ve uzman öğretim elemanı ile ayrı ayrı okunarak kodlanmış ve daha sonra temalar oluşturulmuştur. Nitel verilerin güvenirlilik analizi, Miles MB., Huberman AM., (1994) tarafından geliştirilen formül ile hesaplanmış ve güvenirlilik %89 çıkmıştır

$$P(\text{güvenirlilik yüzdesi}) = \frac{Na (\text{Görüş birliği})}{Na (\text{Görüş birliği}) + Nd (\text{Görüş ayrılığı})} \times 100$$

Dış güvenirlilik için araştırmacı teyit edilebilirliğini sağlamak amacıyla araştırmadaki veri kaynakları ayrıntılı bir şekilde ifade edilmiştir. Bu durum benzer araştırma yapacak olan kişilere veri kaynaklarını belirmelerinde yol gösterici olacaktır. Araştırmadan elde edilen ham veriler daha sonradan incelenebilmesi için araştırmacı tarafından muhafaza edilip saklanmaktadır.

Araştırmanın ayrıca geçerlik ve güvenirliliğinin sağlanabilmesi için uzman görüşü (Patton, 2002), katılımcı teyiti (Cresswell, 2009) sağlanmıştır. Beden eğitimi öğretmeni derste kullanacağı spor eğitim modeli ve mavi kart ve içeriği ile ilgili bilgi paylaşımında bulunmuştur.

Verilerin Analizi

Araştırmada nicel verilerin analizinde tanımlayıcı istatistik kullanılmış, sonuçlar tablolarda frekans yüzde ve ortalamalarla yorumlanmıştır. Nitel çalışmada, görüşme sorularının

değerlendirilmesinde betimsel ve içerik analizi teknikleri kullanılmış, görüşmeler önce araştırmacılar tarafından ayrı ayrı kodlanmış ve belirli temalar altında sınıflandırılmıştır. Araştırmada görüşme sonrası öğrenciler için 4, öğretmen için 2 tema oluşturulmuştur.

Tablo 2. Öğrenci Görüşmelerinin Tema, Kod ve Frekansları

| Tema | Kod | F |
|------------------------------|--------------------------------|----|
| Mavi Kartın Anlamı | Fairplay davranışları | 13 |
| | Çaba, | 4 |
| | Bencil olmama, | 7 |
| | Centilmenlik, | 9 |
| | Yardımsaver olmak | 11 |
| | Dostluk, | 5 |
| | Düşünceli olmak | 7 |
| Mavi Kartın Olumlu Etkileri | Dersler verimli geçiyor, | 12 |
| | Az faul, | 7 |
| | Konuşmalar düzeldi, | 9 |
| | Yardımsaver olmak, | 9 |
| | Derslerde az konuşmak | 6 |
| Mavi kartın Olumsuz Etkileri | Yapay davranmak, | 6 |
| | Umursamamak, | 4 |
| | Yapmacık davranmak, | 6 |
| | Olumsuz etkisi yok. | 10 |
| İletişim | Olumlu iletişim | 13 |
| | Devam etmeli, | 16 |
| | Önceden sinirli ve Kabaydılar, | 6 |
| | Kaba tabirler | 7 |

Temalar;Öğrenciler için;

- 1- Mavi Kartın Anlamı
- 2- Mavi kartın olumlu etkileri
- 3- Mavi kartın olumsuz etkileri
- 4- İletişim

Tablo 3. Öğretmen Görüşmelerinin Tema, Kod ve Frekansları

| Tema | Kod | F |
|-------------------------------------|------------------------------------|---|
| Mavi Kartın Uygulamasının Amacı | Davranışları pekiştirmek, | 1 |
| | Örnek davranışlar, | 1 |
| | Olumsuz davranışları cezalandırmak | 1 |
| | Amaca ulaştı | 1 |
| Mavi Kart Uygulamasının Kazanımları | Artan iletişim | 1 |
| | Artan görev ve sorumluluklar, | 1 |
| | Yardım etmek, | 1 |
| | Aktif olmak, | 1 |
| | Dersi içinde olmak | 1 |
| | Olumsuz iletişim ortadan kalktı. | 1 |
| | Dersin içinde oldular. | 1 |

Öğretmen için:

- 1- Mavi Kart Uygulamasının Amacı
- 2- Mavi Kart Uygulamasının Kazanımları

Verilerin Kodlanması: Görüşme metinleri satır satır okunduktan sonra araştırmacı tarafından önemli bulunan kodların altı çizilmiştir.

Temaların Bulunması: Kodlama işlemi bittikten sonra birbirleriyle ilişkili kodlar bir araya getirilerek uygun temalar oluşturulmuştur. Tematik kodlama, daha önceden belirlenen kodların ortak yönler belirlenerek kategorize (tema) edilmesidir.

BULGULAR

Bu araştırmada, spor eğitim modeli kapsamında işlenen futbol etkinliğinde mavi kart uygulamasının öğrenci davranışları üzerine etkilerinin öğretmen ve öğrenci görüşlerine göre incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada öğrencilerle yapılan görüşme sonrasında yapılan içerik ve betimsel analiz sonuçlarına göre, öğrenciler için 4 tema (bkz.Tablo 2), öğretmen için 2 tema (bkz. Tablo 3) tespit edilmiştir.

Tema 1. Mavi Kartın Anlamı

Araştırmaya katılan öğrenciler için mavi kartın anlamı; yardımseverlik, fair play, centilmenlik, dostluk, arkadaşlık gibi iyi davranışları kapsamaktadır.

- *“Mavi kart uygulaması benim için iyi davranışlar, yardımseverlik ve fair play gibi şeyleri ifade ediyor” Öğrenci4*
- *“Mavi kart uygulaması herkesin yapması gerektiği bir şey bence mavi kart olmadan uygulamaları gerekiyor ama mavi kart olunca daha çok gösteriyorlar” Öğrenci6*
- *“Mavi kart benim için dostluk, arkadaşlık, centilmenlik, fair play anlamı veriyor” Öğrenci7*

Tema 2. Mavi kartın olumlu etkileri

Araştırmaya katılan öğrencilere mavi kartın olumlu etkilerine bakacak olursak, öğrenciler arkadaşlarının maç esnasında faul yaptıklarında itiraz etmediklerini, fair play davranışları sergilediklerini, birbirlerine yardım ederek olumlu ve güzel davranışlar sergilediklerini belirtmişlerdir.

- “Sınıftaki arkadaşlarım daha çok yardımsever, cömert ve ahlaklı oldular.” Öğrenci4*
- “Mesela insanlar diğer arkadaşlarına daha olumlu ve daha güzel davranışlar sergiliyorlar fair play davranışları sergiliyorlar, birbirlerine yardımcı oluyorlar” Öğrenci6*
- “Arkadaşlarımın centilmenliği arttı. Mesela maç yaparken faul yaptığında hep itiraz ediyorlar, ya da devam ediyorlardı, şimdi topu direk veriyorlar.” Öğrenci7*
- “Derslerde daha az konuşuluyor, derslerle alakalı şeyler konuşuluyor, biz bu durumdan mutluyuz.” Öğrenci8*

Tema 3. Mavi kartın olumsuz etkileri

Araştırmaya katılan öğrencilere mavi kartın olumsuz etkilerine bakacak olursak, öğrenciler arkadaşlarının maç esnasında mavi kart almak için yapmacık ve yapay davrandıklarını, kötü davrandıklarını ama kendilerini iyi göstermeye çalıştıklarını, bazı arkadaşlarının umursamadığı, ya da hiç yapmadığı belirtmişlerdir.

- “Bazıları mavi kart almak için yapmacık, davrandıklarını, kötü davrandıklarını ama kendilerini iyi göstermeye çalışıyorlar.” Öğrenci4*
- “Bence sırf mavi kart alacağım diye insanlara yardım edip sonrasında kötü davranmamaları lazım” Öğrenci6*
- “Bazı arkadaşlarım umursamamazlığa geldi, ya da hiç yapmadı bu olayı” İbrahim*
- “Olumsuz etkisi yok bana öyle geliyor” Öğrenci8*
- “Aslında olumsuz etkileri, yani yapay yapmaları, mavi kart almak için içten davranmaları değil de günlük hayatta yapmadıkları şeyleri yapmacık hareketlerle yapmaları” Öğrenci9*

Tema 4. İletişim

Araştırmaya katılan öğrenciler mavi kart uygulamasından sonra arkadaşları ile iletişim ve ilişkilerinde önceden sinirli ve kaba tabirler kullandıklarını, sonrasında olumlu davrandıklarını, argo kelimelerin kesildiğini belirtmişlerdir.

“Arkadaşlarımla konuşurken argo kelimeler kesildi artık” Öğrenci8

“Arkadaşlarımız dersi sabote ediyorlardı, mavi kart sayesinde olmadı” Öğrenci10

“Arkadaşlarım, ilişkilerinde önceden sinirliydim, kabaydım, ama mavi kart geldikten sonra daha olumlu iletişim sergiledim” Öğrenci4

“Eskiden hep kaba tabirler kullanıyorduk, napıyorsun falan, şimdi nasılsın arkadaşım iyimisin? diye olaylar oldu.” Öğrenci7

“Devam etmeli çünkü, maçlarda fauller azaldı” Öğrenci8

“Devam etmeli çünkü dersler böyle olunca daha verimli geçiyor”

“Aslında devam etmeli, böylece öğrenciler böyle iyi davranarak alışkanlık haline getirebilirler.” Öğrenci9

“Neden beden eğitiminde olmamalı ki? Yani beden eğitiminde daha çok davranış sergileriz, o yüzden” Öğrenci6

“Eskiden adam devam ettiğinde niye böyle yapıyor diye arkadaşlar küsüyordu birbirine, şimdi böyle şeyler olmuyor, insanların birbirine yardımlaşması, centilmenliği artıyor, arkadaşlık ön plana çıkıyor.” Öğrenci7

Araştırmada öğretmenle yapılan görüşme sonrasında yapılan içerik analizi sonuçlarına bakacak olursak;

Tema 1. Mavi Kart Uygulamasının Amacı

Beden eğitimi öğretmeni, mavi kart uygulamasının amacıyla ilgili olarak; okul içerisindeki olumlu davranışları pekiştirmek, olumsuz davranışları cezalandırmak yerine, olumlu davranışları örnek göstermek olduğunu belirterek bu uygulamanın amacına ulaştığını belirtmiştir.

“Okulda olumlu davranışları pekiştirmek”.

“Okuldaki olumsuz davranışları cezalandırmak yerine olumlu davranışları örnek göstermek”.

“Mavi kart uygulaması amacına ulaştı”.

Tema 2 Mavi Kart Uygulamasının Kazanımları:

Beden eğitimi öğretmeni, mavi kart uygulamasının kazanımlarıyla ilgili olarak; öğrencilerin okul içerisinde birbirleriyle iletişimlerinin arttığını, öğrencilerin görev ve sorumluluk aldıklarını, birbirlerine yardım etmeyi öğrendiklerini ve uygulama içerisinde aktif olduklarını belirtmiştir.

“Ders içerisinde iletişim arttı”.

“Öğrencilerin derste sorumluluk ve görevleri arttı”.

“Öğrenciler arasında olumsuz iletişim problemi ortadan kalktı”.

“Birbirlerine yardım etmeyi öğrendiler”.

“Mavi kart uygulaması ile o arkadaşına yardım ettiğinde aynı tepkinin kendine geleceğini gördüler”.

“Mavi kart ile birlikte model uygulamasıyla öğrenciler aktif oldular ve ben öğretmen olarak rehber oldum”.

“Beden eğitimi dersinde kendi performansını yansıtamayan öğrenciler vardı, bu model ve uygulama ile tamamen dersin içinde oldular”.

TARTIŞMA

Bu araştırmada spor eğitim modeli kapsamında işlenen futbol etkinliğinde mavi kart uygulamasının öğrenci davranışları üzerine etkilerinin öğretmen ve öğrenci görüşlerine göre incelenmesi amaçlanmıştır. Bu araştırma uygulamalı, aynı zamanda öğretmen ve öğrenci görüşlerine dayalı nitel görüşmelerin olduğu karma desen bir çalışmadır. Araştırmaya 8’ i kız 19’u erkek toplam 27 öğrenci katılmış ve toplam 10 hafta sürmüştür.

Araştırmada, mavi kart uygulamasının sporda erdemlilik ve fair-play davranışlarını içeren bir uygulama olması sebebiyle öğrencilere uygulanması düşünülmüştür. Ülkemizde mavi kart uygulaması farklı uygulamalarla karşımıza çıkmıştır. Bunlardan biri Altınordu ile Çamdibi Spor’un birlikte organize ettiği, U10 ve U11 kategorisindeki turnuvada mavi kart kullanılması oldu. Bu turnuvada kırmızı kart kullanılmadı, mavi kart ise centilmenlik dışı hareketlerde bulunan sporculara verildi. Çift mavi kart gören oyuncu ise oyundan ihraç edilerek yerini takım arkadaşına bırakmış oldu. <http://www.milliyet.com.tr> (2015).

Diğer bir uygulama ise; Artvin Arhavi Hacılar İlköğretim Okulu’nda görev yapan beden eğitimi öğretmeni Fikret Kadioğlu’nun yapmış olduğu mavi kart projesi. Bu proje Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi 2015 Türkiye Fair Play Ödülleri Jürisi tarafından ‘Sportif Tanıtım Dalı Şeref Diploması Ödülü’ne layık görülmüştür. ‘Mavi Kart’ uygulaması; Marmara Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu öğretim görevlisi Prof. Dr. Turgay Biçer’den onay alınarak başlatılan mavi kart uygulaması için kötü hareketi cezalandırmaktansa iyi hareketi ödüllendirerek pekiştirmenin daha kalıcı bir eğitim olduğu fikrinden yola çıkıldı. Rakibine zarar vermeden oynamayı düşünen, yere düşen rakibine e lini uzatan, hakeme yardımcı olan, saha içinde saygı ile hareket eden, mavi kartla ödüllendirilmekte, en fazla mavi kart gören ilk 3 çocuk şenliklerin sonunda madalya kazanmaktaydı. (Akar, 2016).

Araştırmada mavi kart uygulaması kapsamında işlenen futbol etkinliğinde spor eğitim modelinin kullanılmasının başlıca sebepleri; öğrencilerin fair play davranışlarını daha kolay içselleştirebilecekleri sosyal ve işbirlikçi bir model olmasıdır. Vidoni ve Ward (2009), Spor eğitim modelinde öğrenciler müsabaka dışında da etkin grup üyesi olurlar ve spor eğitim modeli öğrencilerin eğlenceli şekilde kazanımlara ulaşmalarını sağlamaktadır. Spor eğitim modeli uygulanarak yapılan araştırmalarda öğrencilerin daha fazla ilgi ve çaba gösterdiklerini vurgulanmış ve bu durumun öneminden bahsetmektedir. (Gutiérrez ve ark., 2013).

Bu araştırmada beden eğitimi öğretmeni, mavi kart uygulaması ile öğrencilerin fair play davranışları kazandığını buna ek olarak, uygulamada iş birliği içerisinde olma, yardımlaşma, sorumluluk alma, istek ve çaba içerisinde olma gibi olumlu davranışlar sergilediklerini belirtmiştir.

Bu konuda Rusya’ da yapılan, spor eğitim modeli ile işlenen basketbol sezonu sonunda öğrencilerin model ile ilgili algıları ve katılımlarının incelendiği bir çalışmada öğrenciler, basketbol derslerinden sıkılmadıkları ve sevdikleri, yeni görev ve sorumlulukların ilginç ve keyifli olduğunu belirtmişlerdir. Öğrenciler uygulamalar ile ilgili olarak güçlü bir yakınlıktan, iş birliği içinde olmaktan ve zevkli geçen sezondan bahsetmişlerdir. Ayrıca, basketbol beceri düzeylerinde gelişme olduğu, sezon uzun sürmesine rağmen sıkılmadıkları ve basketbolun çekici hale geldiği sonuçları çıkmıştır (Hünük ve ark., 2017).

Vidoni ve ark. (2009) Spor Eğitim modeli ile uygulanan adil oyun eğitiminin ortaokul beden eğitimi derslerinde, sekizinci sınıf öğrencilerin sosyal davranışlarına etkisini araştırmışlar, sosyal becerilerin öğretilmesi ve geliştirilmesi için spor eğitimi modeli çerçevesinde adil oyun eğitiminin faydalı ve kullanılabilir bir yöntem olduğunu belirtmişlerdir. (Aktaran; Hünük ve ark., 2017)

Bu araştırmaya katılan öğrencilere göre mavi kartın anlamı; yardımseverlik, fair play, centilmenlik, dostluk, arkadaşlık gibi iyi davranışları kapsamaktadır. Fair Play eğitiminde okul beden eğitiminin kullanılması konusunda öncelikle yapılması gereken, sürekli yeniden tanımlama çabaları ve çok yönlü olması nedeniyle fair play kavramının okul sporu için ne anlama geldiğinin belirlenmesidir. Sadece yazılı kurallarla sınırlandırılmış bir fair play kavramı, hiç şüphesiz pedagojik anlamda tatminkar değildir. Oysa ki, okul sporlarında fair play olgusu, kuralların ötesine geçen bir içeriğe sahip olmalıdır. Fair Play, sporcuların yarışmalar esnasında, güçleşen şartlar altında dahi kurallara sabırla, tutarlı ve bilinçli olarak riayet etmeleri, fırsat eşitliğini bozmamak amacıyla haksız avantajlarını kabullenmemeleri, rakibin haksız dezavantajlarından yararlanmaya kalkışmamaları, rakibi düşman değil, aksine oyunun gerçekleşmesini sağlayan, eşdeğer haklara sahip ve partner olarak görmeleri ve değer vermeleri çabalarında kendini göstermektedir (Yıldıran, 2005).

Fair Play çalışmalarının, etik donanımlara sahip bir genç kuşağın yetiştirilmesine yönelik olarak, ilk ve orta öğretim çağı çocuk ve gençlerinin beden eğitimi derslerinden başlatılması, geleceğin sporcu, antrenör, spor adamı, hakem, yazar ve seyircisinin bu kitle içinden çıkacak olması bakımından önemli bulunmaktadır (Yıldıran, 2005). Bununla birlikte, beden eğitimi öğretmenlerinin fair play anlayışını derslerde nasıl kazandıracaklarına ilişkin yeterli donanıma sahip olmadıkları bilinmektedir. Dolayısıyla, bu alandaki yetersizliği Avrupa genelinde bir sorun olarak gören Avrupa Fair Play Birliği (EFPM), fair play'in okul beden eğitiminin en önemli konusu olarak müfredata eklenmesini, öğretmen ve antrenörlerin Fair Play kapsamındaki çalışmalarını destekleyecek özel eğitim ve enformasyon malzemeleri hazırlanmasını ulusal hükümetlere önermiştir (Sezen ve Yıldıran, 2007).

Sezen ve ark. (2007), beden eğitimi öğretmenlerinin futbolda Fair Play'e ilişkin olumlu ve olumsuz davranışlara yaklaşımlarını belirlemek için yapmış oldukları araştırmasında beden eğitimi öğretmenlerinin, daha çok başarı odaklı olduğu, okullar arası yarışmalarda son yıllarda görülen şiddet olaylarının öğrencilerin de “her ne pahasına olursa olsun kazanmak” prensibi ile motive edildiklerini göstermektedir. Sadece kazanmaya odaklanma düşüncesi ahlak anlayışını engellediği için eğitimciler, sporun; arkadaşlık, alıştırma, gelişim gibi yararlarını vurgulamayı denemelidir. Oyuncuların gelişimine, takıma katkısına ve katılımına daha fazla önem vermeleri ve beden eğitimi dersleri ve okullar arası karşılaşmaların, fair play'e uygun davranışların kazandırılması ve sergilenmesinde uygun bir ortam olarak kullanılması gerektiği ve spor yoluyla karakter eğitimi en iyi şekilde tamamlamış bireyler yetiştirmek olması gerektiği önerilmektedir.

Ülkemizde okullar arası karşılaşmalarda fair play kurallarına aykırı davranışlarda artışlar görülmektedir. Bu sebeple fair play anlayışının öğrencilere kazandırılması ve ülke çapında yaygınlaştırılması için beden eğitimi derslerine ve öğretmenlerine önemli görevler düşmektedir (Sezen ve Yıldıran, 2007). Değişen beden eğitimi öğretim programında değerler eğitimi ve fair play kazanımları ilkokul, ortaokul ve lise beden eğitimi program kazanımları 2018 Milli Eğitim Bakanlığı müfredatı içerisinde kapsamlı bir şekilde yer almaktadır. Milli Eğitim Bakanlığının yayınladığı Beden Eğitimi ve Spor Öğretim

Programında; değerlerimiz öğretim programlarının perspektifini oluşturan ilkeler toplamıdır. Öğretim programlarında yer alan “kök değerleri; adalet, dostluk, dürüstlük, öz denetim, sabır, saygı, sevgi, sorumluluk, vatanseverlik, yardımseverlik olarak belirtmiştir. Bu araştırmada da spor eğitim modeliyle işlenen futbol dersinde mavi kart uygulamasıyla okulda değerler eğitimi önemini vurgulayan ve etkisini arttıran uygulamalar yapılmış ve sonuçlarıyla MEB’in kazanımlarının önemini desteklemektedir (MEB, 2018).

Spor eğitimi; katılımcıların motivasyon düzeylerini ve aktivite katılım düzeylerini olumlu etkilemektedir. Ayrıca grup çalışmaları sayesinde spor eğitim modeli takım üyelerine sosyal etkileşim imkanı sağlar. Bu modelin destekçilerinden Cuevas ve ark. (2014) ve Wallhead ve ark. (2013) araştırmalarında, lise beden eğitimi programlarında spor eğitim modelini kullandıklarını belirtmişlerdir. Ayrıca araştırmacılar bu modelin derslerde gençlerin sosyalleşmesini, akranları tarafından kabul görme ihtiyaçlarını karşıladığını, takım üyesi olmasını, değişerek oyunu oynama ve sorumluluk paylaşma gibi pedagojik özelliklerin gelişmesine imkan sağladığını söylemektedirler. Gelişen bu özellikler sonucunda sosyal ilişkilerde iyileşme, fiziksel becerilerin sergilenmesiyle birlikte olumlu tepkilerin gelmesi ve sosyal hiyerarşide yer edinilmesi gibi olumlu imkanlar sunduğunu belirtmişlerdir.

Pehlivan (2004), okul sporu bağlamında Fair-play kavramının kazanılmasında yarışmayı ve kazanmayı değil eğlenmeyi, hoşça vakit geçirmeyi, diğer insanlarla etkileşim içerisinde olmayı öne çıkaran sportif organizasyonların düzenlenmesinin çocuk ve gencin gelişim özelliği de dikkate alındığında daha eğitsel olduğunu belirtmektedir. Bu araştırmaya katılan öğrenci görüşlerine göre mavi kartın olumlu etkilerine bakacak olursak, öğrenciler maç esnasında faul yaptıklarında itiraz etmediklerini, birbirlerine yardım ederek olumlu ve güzel davranışlar sergilediklerini belirtmişlerdir. Pehlivan (2004), araştırmasında spor eğitim modeliyle işlenen derslerde öğrencilerin derse motivasyonunun arttığı, cömertlik, dürüstlük ve daha genel anlamıyla fair play davranışları gözlemlendiğini, öğrencilerin daha fazla sorumluluk alarak fair-play davranışlarını içselleştirmesi daha kolay olacağı görüşünü belirtmiştir. Benzer uygulamanın “Herkes için futbol” şenliğinde kurallarda değişiklik yapılarak, sarı ve kırmızı kartların kaldırılarak, yerine ‘Mavi Kart’ uygulamasının yapıldığı Prof. Dr. Turgay Biçer’in de onayıyla 2007-2008 eğitim yılında başlatılan mavi kart uygulaması için kötü hareketi cezalandırmaktansa iyi hareketi ödüllendirerek pekiştirmenin daha kalıcı bir eğitim olduğu fikrinden yola çıkıldı. Rakibine zarar vermeden oynamayı düşünen, yere düşen rakibine elini uzatan, hakeme yardımcı olan, saha içinde saygı ile hareket eden, mavi kartla ödüllendirilerek öğrencilerin olumlu davranışlar içerisinde oldukları gözlemlendi, şenlik sonunda ise en fazla mavi kart gören ilk 3 çocuk şenliklerin sonunda olumlu davranışlarının sonucunda madalya kazanmıştır.

Bu araştırmada öğrenciler spor eğitim modeli kapsamında futbol etkinliğinde çeşitli görev ve sorumluluklar almış, iş birliği içerisinde çalışmış ve diğer taraftan mavi kart uygulaması çerçevesinde fair play davranışlarını yerine getirmişlerdir. Yapılan araştırmalar, iş birliğine dayalı oyunların beden eğitimi dersinde bağımsızlık ve sorumluluk duygusunu geliştirdiğini, birlikte oluşturulan, planlanan ve sorumluluk taşıyan etkinliklerin, öğretmen tarafından belirlenenlerden daha ciddi ve inandırıcı uygulandığını belirtmişlerdir. Böylece, öğrenciler eğer dersi kısmen kendileri yapılandırır, oyunları bizzat kurgular, kuralları belirler, hakemlik görevi üstlenir, oyunlarını gözlemler, aralarında centilmenlik anlaşması yaparlar ve araç-gereçlerin yerleştirilmesi ve toparlanması başta olmak üzere her türlü yardımlaşmayı düzenleyen bir planı kendileri oluştururlarsa, Fair Play’i de bizzat kendileri gözetmeyi öğrenirler (Yıldırım, 2005; Giménez ve ark., 2015)

Fair-play davranışları ülkemizde ve yurtdışında gerçekleştirilen spor müsabakalarında ve okul yarışmalarında her zaman takdir görmüş, bu yönüyle spor eğitimi modeli kapsamında futbol etkinliğinde mavi kart uygulaması yapılacak yeni uygulamalarla geliştirilmeli ve desteklenmelidir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmada beden eğitimi öğretmeni, spor eğitim modeli uygulaması çerçevesinde mavi kart uygulamasının öğrencilerin okul içerisindeki olumlu davranışları pekiştirmek ve örnek göstermek olduğunu belirterek bu uygulamanın amacına ulaştığını belirtmiştir. Ayrıca öğretmen, mavi kart uygulaması ile öğrencilerin okul içerisinde birbirleriyle iletişimlerinin arttığını, görev ve sorumluluk aldıklarını ve birbirlerine yardım etmeyi öğrendiklerini belirtmiştir. Bu önemli kazanımlar çerçevesinde öğrencilerin okulda geçirdikleri süreyi göz önüne alacak olursak mavi kart uygulamasının sadece beden eğitimi değil, okuldaki tüm derslerde uygulanması önerilebilir.

MEB, 2018 program kazanımları içerisinde ‘değerler, erdemli olmak ve fair play konularının ilave edilmesi okul içerisinde öğrencilerin olumlu davranışları kazanması ve alışkanlık haline getirmesi açısından önemli olmuştur. Araştırmaya katılan öğrenciler spor eğitim modeli çerçevesinde mavi kart uygulamasında; yardımseverlik, fair play, centilmenlik, dostluk gibi iyi davranışları düşünmekte, arkadaşlarının büyük kısmının maç esnasında faul yaptıklarında itiraz etmediklerini, fair play davranışları sergilediklerini, iletişimlerinin olumlu olarak arttığını, birbirlerine yardım ederek güzel davranışlar sergilediklerini belirtirken, az sayıda da olsa bazı arkadaşlarının maç esnasında mavi kart almak için yapmacık, yapay ve kötü davrandıklarını, ama kendilerini iyi göstermeye çalıştıklarını, bazı arkadaşlarının hiç yapmadığı belirtmişlerdir. Öğrenci görüşlerine göre, mavi kart uygulamasının olumlu etkisinin, model uygulaması içerisinde sorumluluk alarak görevlerini başarıyla tamamlamışları olmuştur. Öğrenci merkezli uygulamaların öğrenciler üzerine bilişsel, duyuşsal, devinişsel ve sosyal pozitif kazanımlarını göz önünde bulunduracak olursak, bu uygulamaların tüm beden eğitimi öğretmeni tarafından düşünülmesi ve uygulamaya konulması önerilebilir.

KAYNAKLAR

Akar, H. (2016), Mayıs, Erişim: <https://www.futbolmedya.com/18619-2/>

Aydın, M.Z. (2010). Okulda Değerler Eğitimi. *Eğitime Bakış, Ankara*, 6 (18).

Creswell, J. (2009). *Research Design Qualitative, Quantitative, And Mixed Methods Approaches* (3rd Ed.). Thousand Oaks: CA Sage.

Cuevas, R., Garcia-Lopez, ML., Serra-Oliveras, J. (2014), Sport Education Model And Self-Determination Theory: *An Intervention In Secondary School Children, Kinesiology* 48, (1), 30-38 Doi:10.26582/k.48.1.15

Giménez-Mendez A., Río- Fernández, J., Alonso- Mendez, D. (2015) Sport Education Model Versus Traditional Model: Effects On Motivation And Sportsmanship. *Revista Internacional de Medicina Y Ciencias de La Actividad Física Y Del Deporte*, 15(59).

Gutiérrez D., García-López L.M., Hastie P., Calderón A. (2013)., Spanish Students' Perceptions Of Their Participation In Seasons Of Sport Education. *The Global Journal of Health and Physical Education Pedagogy* 2, 111-127

Hünük, D., Oğuzhan, N.S. (2017). Spor Eğitim Modeli. A. Mirzeoğlu, Model Temelli Beden Eğitimi Öğretimi, Ankara: Spor Yayınevi ve Kitabevi

Koç, Y. (2017)., A Practice Proposal For Promoting Sportsmanship Behavior In Physical Education Course: Constructing Sportsmanship In Juniors' Games. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* , 212-227. Doi: 10.17556/erzief.319393

Metzler, M. W. (2005). Instructional Models For Physical Education, Second Edition. United States Of America: Holcomb Hathaway, Inc.

Miles, M.B., Huberman, A.M. (1994). Qualitative Data Analysis. 2nd Ed., Newbury Park, CA: Sage.

Milli Eğitim Bakanlığı (2018). Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı. Ankara: Milli Eğitim Bakanlığı.

Patton, M.Q. (2002). Qualitative Research, Evaluation Methods. Thousand Oaks, Calif. London: Sage.

Pehlivan, Z. (2004). Fair-Play Kavramının Geliştirilmesinde Okul Sporunun Yeri ve Önemi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* (2) , 49-53. Doi: 10.1501/Sporm_0000000028

Sezen, G., Yıldırım, İ. (2007) Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Futbolda Fair Play'e İlişkin Olumlu ve Olumsuz Davranışlara Yaklaşımlarının İncelenmesi. *Spor Yönetimi Ve Bilgi Teknolojileri Dergisi*. 2(1),1306-4371.

Siedentop, D., Hastie, P. A., Mars, H. V. D. (2004). Complete Guide To Sport Education. United States of America: *Human Kinetics*.

Vidoni, C., Ward, P. (2009), Effects Of Fair Play Instruction On Student Social Skills During A Middle School Sport Education Unit, *Journal Physical Education And Sport Pedogogy*, 14(3).

Wallhead, L.T., Garn, C.A., Vidoni, C. (2013)., Sports Education And Social Goals In Physical Education: Relationships With Enjoyment, Relatednes And Leisure Time Physical Activity, *Physical Education And Spor Pedogogy*, 18(4), 427-440.

Yapan, H.T. (2007). Spor Ahlakı. Gaziantep: Merkez Ofset.

Yıldırım, İ. (2005). Fair Play Eğitiminde Beden Eğitiminin Rolü, *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, (3-16).

Geliş Tarihi (Received): 18.06.2019
Kabul Tarihi (Accepted): 18.09.2019
SPORMETRE, 2019,17(4),172-180
DOI: 10.33689/spormetre.579557

BAZI DEĞİŞKENLERE GÖRE ÖĞRENCİ SPORCULARIN AHLAKİ KARAR ALMA TUTUMLARININ İNCELENMESİ

Evrım BÖYÜKELHAN¹, Çetin ÖZDİLEK², Tayfun KAYA³, Yusuf Mert ÖZTÜRK³

¹Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor ABD, Kütahya

²Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Kütahya

³Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği ABD, Bartın

Öz: Bu çalışmanın amacı bazı değişkenlere göre (cinsiyet, yaş grubu, sporculuk tecrübesi, kulüp lisansının olup olmaması ve ebeveynlerin lisanslı spor geçmişinin olup olmaması) öğrenci sporcuların ahlaki karar alma tutumlarının incelenmesidir. Çalışma grubu ortaokul ve lise düzeyinde okul sporlarına katılım gösteren Küçükler (5. ve 6. sınıf öğrencileri), Yıldızlar (7. ve 8. sınıf öğrencileri), B Genç (9. ve 10. sınıf öğrencileri) ve A Genç (11. ve 12. sınıf öğrencileri) yaş kategorilerinde %44,7'si (180) Kadın ve %55,3'ü (223) erkek toplamda 403 öğrenci sporcudan oluşmaktadır. Çalışmamızda Lee ve ark.'nın (2007) geliştirdiği ve Gürpınar'ın (2014) Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasını gerçekleştirdiği "Altyapı Sporlarında Ahlaki Karar Alma Tutumları Ölçeği" (Attitudes to moral decision-making in youth sport questionnaire - AMDYSQ) kullanılmıştır. Araştırma verileri SPSS 13.0 programı ile analiz edilmiştir. Bazı değişkenlere göre öğrenci sporcuların ahlaki karar alma tutumlarında farklılık olup olmadığının tespit edilmesi için Kruskal Wallis ve Man Whitney U testleri kullanılmıştır. Sonuç olarak cinsiyet, yaş kategorisi, sporculuk tecrübesi, kulüp lisansının olması ve ebeveynlerin lisanslı spor yapması gibi değişkenlerin "Altyapı Sporlarında Ahlaki Karar Alma Tutumları Ölçeği" alt boyutlarında anlamlı çıktığı tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Ahlaki karar alma, Hile, Yarışma.

INVESTIGATION OF MORAL DECISION MAKING ATTITUDES OF STUDENT ATHLETES ACCORDING TO SOME VARIABLES

Abstract: The aim of this study is to examine the moral decision-making attitudes of student athletes according to the some variables (gender, age groups, sports experience, club license and parents doing licensed sports were found to be). Children (5th and 6th grade students), Junior (7th and 8th grade students), B Youth (9th and 10th grade students), and A Youth (11th and 12th grade students) age categories and those who participated in school sports 44.7% (180) female and 55.3% (223) male 403 students in total. In our study, developed by Lee et al. (2007) and Gürpınar (2014)'s validity and reliability study, the "Moral Decision Making Attitudes Scale for Infrastructure Sports" was used. Data were analyzed with SPSS 13.0. According to some variables, Kruskal Wallis and Man Whitney U tests were used to determine whether there is a difference in the moral decision-making attitudes of student athletes. As a result, it was found that variables such as gender, age category, sports experience, club license and parents doing licensed sports were significant in the Moral Decision-Making Attitudes Scale in Infrastructure Sports" sub-dimensions.

Keywords: Moral decision-making attitudes, Cheating, Competition.

GİRİŞ

Eğitim gelişen bir olgudur. Bireylerde doğuştan var olduğu kabul edilen potansiyellerin gelişimidir. Bu nedenle eğitim, bireyin en temel hakkıdır. İdeolojik bir amaç doğrultusunda, bireylerin davranışlarını kendi potansiyelleri yönünde gelişimlerinin sağlanması adına sağlıklı koşullar sunulmalıdır. Eğitimin içinde önemli bir olgu olan spor, ortak amaçlar doğrultusunda bireyleri güdüleyen ve takdir etme duygularını göstermelerini sağlayan bir araçtır. Sporun bireyler üzerinde etkili olduğu birçok kişilik davranışı bulunmaktadır. Bunlardan en önemlileri muhakkak ki sorumluluk alma, işbirliği ile bir iş yapabilme, disiplin, anlayış ve

saygı duygularının ortaya çıkmasını sağlamaktır (İlhan, 2008). Eğitim ve spor bireylerin farklı yönlerinin gelişimini sağladığı gibi ortak yönleri de bulunmaktadır (Öztürk, 1998). Eğitimin vazgeçilmez bir ögesi olan spor ile bireylerde yaşam boyu istenilen ahlaki karar alma tutumlarının geliştirilmesi amaçlanmaktadır (Gülcan, 2015).

Modern toplumlarda spora yapılan yatırımlar insana yapılmış yatırım olarak kabul görmektedir. Spor ile bireylerin psikolojik ve fiziksel gelişimlerinin sağlanarak sosyal hayata hazır bulunuşluk seviyelerinin artırılması amaçlanmaktadır (Ünlütepe, 2000). Günümüzde önemli bir eğitim aracı olan spor, toplumun her kesiminde olması gereken bir olgudur (Pehlivan, 2004). Eğitim kurumları aracılığı ile bireyler spor kültüründe fair play, olimpizm ve spor ahlakı gibi olgulara sahip olurlar. Okul sporları aracılığı ile öğrencilerin amatör ruhu benimsemeleri oldukça önemlidir (Gülfem ve Yıldırım, 2007). Eğitim kurumlarının yanında ise toplum, arkadaş çevresi ve çocuğun içinde bulunduğu kültür davranışların şekillenmesinde oldukça önemlidir. Bireyler içinde buldukları kültür ile yaşamlarını sürdürür. Ahlak gelişiminde bireylerin evrensel değerlere ve toplum kurallarına uygun davranış sergilemeleri bunun yanında da bağımsız karar vermeleri ve davranışlarını göstermeleri beklenir. Akranlar ile olan çevre ve yetişkinler ile olan yaşantıları sonucu ahlak şekillenmeye başlar. Ahlak, hangi davranışların kötü hangilerinin ise iyi olduğunun şekillenmiş halidir (Meb, 2013). Eğitim burada en önemli araçtır (Dikmen, 2014).

Sporun genel amacı erdem sahibi, ahlak değerlerine önem veren, yaşamında mutlu, sağlıklı ve bir şeyler üretebilen bir gençlik yetiştirebilmektir (Yetim, 2005:132). Spor etkinlikleri ile birlikte sporda fair play duygusu ve ahlaki değerlerin hayata yansması beklenen bir olgudur (Durak, 2011). Spor, ahlaki davranış ve tutumların çok sık tekrarlandığı ve bu davranış ve tutumların görünür olmasını sağlayan çok verimli bir ortamdır (Shogon, 2007:17). Bir davranış tek başına ahlakla ilgili değildir; ancak bu davranış eylem safhasında başkalarını da ilgilendiren bir davranışa dönüşür. Bu nedenle spor içinde yapılan davranış ve eylemler ahlakla ilgilidir (Yapan, 1992). Bireylerin günlük yaşamda ki davranış ve ahlaki tutumları spor müsabakalarında mücadele ve kazanma hırsı ile birlikte daha görünür olmaktadır (Kuter ve Kuter, 2012).

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden biri olan genel tarama modelinden faydalanılmıştır.

Çalışma Grubu

Araştırmanın evrenini 2018-2019 eğitim ve öğretim yılında Kütahya il sınırları içinde eğitim öğretim gören ortaokul ve lisede okul sporlarına katılan bireyler oluşturmaktadır. Çalışma grubunu ise Kütahya merkez ilçesinde ortaokul (292 sporcu öğrenci) ve lise (111 sporcu öğrenci) 'de öğrenim gören %44,7'si Kadın ve %55,3'ü Erkek olmak üzere toplamda 403 öğrenci sporcu oluşturmaktadır. Ortaokulda öğrenim gören öğrenci sporcular Küçükler (5. ve 6. sınıf öğrencileri) ve Yıldızlar (7. ve 8. sınıf öğrencileri) yaş kategorilerinde okul spor müsabakalarına katılım gösterirken, lisede öğrenim görenler B Genç (9. ve 10. sınıf öğrencileri) ve A Genç (11. ve 12. sınıf öğrencileri) yaş kategorilerinde okul spor müsabakalarına katılım göstermektedir.

Okul sporlarında müsabaka ve yarışmalara katılan öğrencilerden tespit edilen çalışma grubunda bazı değişkenlere göre ahlaki karar alma tutumlarının incelenmesi amaçlanmıştır.

Veri Toplama Aracı

Araştırmada veri toplama aracı olarak Lee ve ark. (2007)'nin geliştirdiği, Gürpınar 'ın (2014) ise Türkçe geçerlilik güvenirlik çalışmasını gerçekleştirdiği “Altyapı Sporlarında Ahlaki Karar Alma Tutumları Ölçeği” (Attitudes to moral decision-making in youth sport questionnaire- AMDYSQ) 'nden faydalanılmıştır. Ölçek 9 maddeden ve 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek alt boyutları yarışmaseverliği benimsemek, hileyi benimsemek ve adilce kazanmayı korumaktır. Ölçeğe ait 6 adet soru olumsuz anlam taşıırken (1, 2, 4, 5, 6 ve 8. maddeler), 3 adet soru ise (3, 7 ve 9.) olumlu anlam taşımaktadır. Olumsuz anlam taşıyan soruların puanlanmasında” Kesinlikle katılmıyorum” cevabı “5” ile “Kesinlikle katılıyorum” cevabı ise “1” kullanılmıştır. Puanların yüksek olması öğrenci sporcuların ahlaki karar alma tutumlarının olumlu yönde anlam taşıdığını; puanların düşük olması ise olumsuz yönde anlam taşıdığını göstermektedir.

Veri Analizi

Araştırmada kullanılan verilerin analizinde SPSS (Statistical Package For Social Scientists for Windows Release 13.0) programı kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi 0,05 üzerinden değerlendirilmiştir. Verilerin homojenliği ve varyansları test edilmiş, bazı değişkenlere göre farklılıkların olup olmadığını test etmek amacıyla Kruskal Wallis, Man Whitney U testleri kullanılmıştır.

BULGULAR

Bazı değişkenlere göre (cinsiyet, yaş kategorisi, sporculuk süresi, kulüp lisansının olup olmaması ve ebeveynlerin lisanslı spor yapması) okul sporlarına katılan öğrenci sporcuların ahlaki karar alma tutumlarının incelenmesi için gerçekleştirilen bu çalışma ile ulaşılan bulgular aşağıda belirtilmiştir.

Tablo 1. Katılımcılara İlişkin Demografik Dağılımlar

| Değişkenler | Gruplar | N | % |
|--------------------------------------|----------------|-----|------|
| Cinsiyet | Erkek | 223 | 55,3 |
| | Kadın | 180 | 44,7 |
| Yaş Kategorisi | Küçükler | 66 | 16,4 |
| | Yıldızlar | 226 | 56,1 |
| | B Genç | 42 | 10,4 |
| | A Genç | 69 | 17,1 |
| Sporculuk Süresi | 1-2 yıl | 198 | 49,1 |
| | 3-4 yıl | 119 | 29,5 |
| | 5-6 yıl | 42 | 13,9 |
| | 7 yıl ve üzeri | 69 | 7,4 |
| Kulüp Lisansı Var mı? | Evet | 215 | 53,3 |
| | Hayır | 188 | 46,7 |
| Ebeveynlerin Lisanslı Spor Yaptı mı? | Evet | 94 | 23,3 |
| | Hayır | 307 | 76,7 |

Tablo 1 'de araştırmaya katılım gösteren öğrenci sporcuların demografik bilgilerine göre frekans analizi sonuçları gösterilmektedir. Araştırmaya katılan öğrenci sporcuların %55,3'ü erkek, % 44,7 'si ise kadındır. Yaş kategorileri okul spor müsabaka fiktürlerinde yer alan yaş gruplarına göre yapılmıştır. Araştırmamıza katılan öğrenci sporcuların yaş kategorilerine göre oranları şu şekildedir: Küçükler Yaş Kategorisinde %16,4, Yıldızlar Yaş Kategorisi %56,1, B Genç Yaş Kategorisi 10,4 ve A Genç Yaş Kategorisi %17,1 'dir. Katılımcıların sporculuk sürelerine göre 1-2 yıl arasında spor yapanların oranı %49,1, 3-4 yıl

arsında spor yapanların oranı 29,1, 5-6 yıl arasında spor yapanların oranı %13,9, 7 yıl ve üzeri spor yapanların oranı ise %7,4 ‘tür. Kulüp lisansınız var mı sorusuna verilen cevapların %53,3 evet, %46,7 ‘si ise hayırdır. Ebeveynlerin lisanslı spor yapmasına göre evet diyenlerin oranı %23,3 hayır diyenlerin oranı ise %76,7 ‘dir

Tablo 2. Ölçek Puanlarının Betimsel İstatistikleri

| | N | Minimum | Maximum | Ortalama | Std. Sapma |
|------------------------------------|-----|---------|---------|----------|------------|
| Hileyi Benimsemek | 403 | 3,00 | 15,00 | 5,7767 | 2,94557 |
| Yarışmaseverliği Benimsemek | 403 | 3,00 | 15,00 | 7,5112 | 3,26473 |
| Adilce Kazanmayı Korumak | 403 | 3,00 | 15,00 | 11,6253 | 3,52970 |

Tablo 2 ‘de “Altyapı Sporlarında Ahlaki Karar Alma Tutumları Ölçeği” ne ait alt boyutların ortalamaları verilmiştir. Puan ortalamalarına bakıldığında Hileyi Benimseme puan ortalaması $5,7767 \pm 2,94557$; Yarışmaseverliği Benimseme alt boyutu puan ortalaması $7,5112 \pm 3,26473$ ve Adilce Kazanmayı Korumak alt boyutu puan ortalaması $11,6253 \pm 3,52970$ ‘dur.

Tablo 3. Cinsiyet Değişkenine Göre Mann Whitney U Analiz Değerleri

| | Cinsiyet | N | Ort | Mann-Whitney U | Asymp. Sig. |
|------------------------------------|----------|-----|--------|----------------|-------------|
| Hileyi Benimsemek | Kadın | 180 | 208,16 | 18961,000 | ,331 |
| | Erkek | 223 | 197,03 | | |
| | Total | 403 | | | |
| Yarışmaseverliği Benimsemek | Kadın | 180 | 202,57 | 19968,000 | ,930 |
| | Erkek | 223 | 201,54 | | |
| | Total | 403 | | | |
| Adilce Kazanmayı Korumak | Kadın | 180 | 188,03 | 17555,500 | ,028* |
| | Erkek | 223 | 213,28 | | |
| | Total | 403 | | | |

* $p < 0,05$

Tablo 3 ‘te cinsiyet değişkenine göre Mann Whitney U testinde Adilce Kazanmayı Korumak alt boyutu anlamlı ($p > 0,05$) çıkmıştır. Erkeklerin ortalaması 231,28 bayanların ortalaması ise 188,03 ‘tür. Buna göre erkeklerin Adil Kazanmayı Benimseme puanı kadınlardan yüksektir. ($p > 0,05$)

Tablo 4. Yaş Kategorisine Göre Kruskal Wallis Analiz Değerleri

| | Yaş Kategorisi | N | Ort | Chi-Square | Asymp. Sig. |
|------------------------------------|----------------|-----|--------|------------|-------------|
| Hileyi Benimsemek | Küçükler | 66 | 176,24 | 4,524 | ,210 |
| | Yıldızlar | 226 | 209,38 | | |
| | B Genç | 42 | 195,74 | | |
| | A Genç | 69 | 206,28 | | |
| | Total | 403 | | | |
| Yarışmaseverliği Benimsemek | Küçükler | 66 | 198,16 | 18,877 | ,000* |
| | Yıldızlar | 226 | 194,94 | | |
| | B Genç | 42 | 162,88 | | |
| | A Genç | 69 | 252,62 | | |
| | Total | 403 | | | |
| Adilce Kazanmayı Korumak | Küçükler | 66 | 238,85 | 9,167 | ,027* |
| | Yıldızlar | 226 | 197,51 | | |
| | B Genç | 42 | 177,74 | | |
| | A Genç | 69 | 196,23 | | |
| | Total | 403 | | | |

* $p < 0,05$

Tablo 4 ‘de yaş kategorilerine göre yapılan Kruskal Wallis testi ile alt boyutlar arasında farklılığın anlamlı mı değil mi olduğuna bakılmıştır. Buna göre, yaş kategorilerine göre Yarışmaseverliği Benimsemek ve Adilce Kazanmayı Korumak alt boyutları anlamlıdır. Yarışmaseverliği Benimsemek alt boyutunda Küçükler Yaş Kategorisinde katılımcıların puan sıra ortalaması 198,16; Yıldızlar Yaş Kategorisinde 194,94; B Genç Yaş Kategorisinde 162,88; A Genç Yaş Kategorisinde ise 252,62 ‘dir. Buna göre A Genç Yaş Kategorisinde Yarışmaseverliği Benimseme puanı daha yüksektir. Adilce Kazanmayı Korumak alt boyutunda yaş kategorilerine göre puan ortalamaları ise şöyledir: Küçükler Yaş Kategorisinde 238,85; Yıldızlar Yaş Kategorisinde 197,51; B Genç Yaş Kategorisinde 177,74; A Genç Yaş Kategorisinde ise 196,23 ‘dir. Buna göre Küçükler Yaş Kategorisinde Adilce Kazanmayı Korumak puanı daha yüksektir.

Tablo 5. Sporculuk Tecrübesine Göre Kruskal Wallis Analiz Değerleri

| | Sporculuk Süresi | N | Ort | Chi-Square | Asymp. Sig. |
|------------------------------------|------------------|-----|--------|------------|-------------|
| Hileyi Benimsemek | 1-2 yıl | 198 | 189,01 | 5,397 | ,145 |
| | 3-4 yıl | 119 | 218,63 | | |
| | 5-6 yıl | 56 | 209,02 | | |
| | 7-8 yıl | 30 | 208,65 | | |
| | Total | 403 | | | |
| Yarışmaseverliği Benimsemek | 1-2 yıl | 198 | 179,03 | 18,896 | ,000* |
| | 3-4 yıl | 119 | 224,46 | | |
| | 5-6 yıl | 56 | 206,49 | | |
| | 7-8 yıl | 30 | 256,15 | | |
| | Total | 403 | | | |
| Adilce Kazanmayı Korumak | 1-2 yıl | 198 | 209,16 | 2,249 | ,522 |
| | 3-4 yıl | 119 | 199,88 | | |
| | 5-6 yıl | 56 | 183,96 | | |
| | 7-8 yıl | 30 | 196,83 | | |
| | Total | 403 | | | |

*p<0,05

Tablo 5 ‘te sporculuk süresine değişkenine göre Kruskal Wallis testi ile ölçek alt boyutlarının anlamlı olup olmadığı belirlenmeye çalışılmıştır. Buna göre, sporculuk süresine göre Yarışmaseverliği Benimsemek alt boyutu anlamlıdır. Yarışmaseverliği Benimsemek alt boyutunda 1-2 yıl sporculuk süresi olan katılımcıların puan ortalaması 179,03; 3-4 yıl sporculuk süresi olanların 224,46; 5-6 yıl olanların 206,49 ve 7 yıl üzeri olanların ise 256,15 ‘dir. Buna göre 7 yıl ve üzeri sporculuk süresi olanların Yarışma Severliği Benimsemek alt boyutunda puan ortalamaları oranla yüksektir.

Tablo 6. Kulüp Lisansı Olmasına Göre Mann Whitney U Analiz Değerleri

| | Kulüp Lisansı Var mı | N | Ort | Mann-Whitney U | Asymp. Sig. |
|------------------------------------|----------------------|-----|--------|----------------|-------------|
| Hileyi Benimsemek | Evet | 215 | 208,45 | 18822,500 | ,225 |
| | Hayir | 188 | 194,62 | | |
| | Total | 403 | | | |
| Yarışmaseverliği Benimsemek | Evet | 215 | 212,51 | 17949,500 | ,051* |
| | Hayir | 188 | 189,98 | | |
| | Total | 403 | | | |
| Adilce Kazanmayı Korumak | Evet | 215 | 202,07 | 20194,500 | ,989 |
| | Hayir | 188 | 201,92 | | |
| | Total | 403 | | | |

*p<0,05

Tablo 6 ‘da kulüp lisansı olmasına göre Mann Whitney U testinde Yarışma Severliği Benimsemek alt boyutu anlamlı ($p>0,05$) çıkmıştır. Kulüp lisansı olanların ortalaması 212,51 kulüp lisansı olmayanların ortalaması ise 189,98 ‘dir. Çalışmaya katılan sporcu öğrencilerden kulüp lisansı olanların Yarışmaseverliği Benimsemek puanı olmayanlara göre daha yüksektir. ($p>0,05$)

Tablo 7. Ebeveynlerin Lisanslı Spor Yapmasına Göre Whitney U Analiz Değerleri

| | Ebeveynler Lisanslı Spor Yaptı mı | N | Ort | Mann-Whitney U | Asymp. Sig. |
|------------------------------------|-----------------------------------|-----|--------|----------------|-------------|
| Hileyi Benimsemek | Evet | 94 | 205,51 | 14005,500 | ,660 |
| | Hayir | 307 | 199,62 | | |
| | Total | 401 | | | |
| Yarışmaseverliği Benimsemek | Evet | 94 | 223,63 | 12302,000 | ,030* |
| | Hayir | 307 | 194,07 | | |
| | Total | 401 | | | |
| Adilce Kazanmayı Benimsemek | Evet | 94 | 217,73 | 12856,500 | ,105 |
| | Hayir | 307 | 195,88 | | |
| | Total | 401 | | | |

* $p<0,05$

Tablo 7 ‘de ebeveynlerin lisanslı spor yapmasına göre Mann Whitney U testinde Yarışma Severliği Benimsemek alt boyutu anlamlı ($p>0,05$) çıkmıştır. Ebeveynler lisanslı spor yaptı mı sorusuna cevap veren katılımcılardan evet diyenlerin ortalaması 223,63; hayır diyenlerin ortalaması 194,07 ‘dir. Katılım gösteren öğrenci sporcuların ebeveynlerine ait lisanslı spor yapma oranı yapmayanlara oranla yüksektir. ($p>0,05$)

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bazı değişkenlere göre (cinsiyet, yaş grubu, sporculuk tecrübesi, kulüp lisansının olup olmaması ve ebeveynlerin lisanslı spor yapması) sporcu öğrencilerin ahlaki karar alma tutumları incelenmiştir. Araştırmanın bulguları ışığında cinsiyet değişkenine göre Mann Whitney U testinde Adilce Kazanmayı Korumak alt boyutu anlamlı ($p>0,05$) çıkmıştır. Erkeklerin ortalaması 231,28 bayanların ortalaması ise 188,03 ‘tür. Buna göre erkeklerin Adil Kazanmayı Benimseme puanı kadınlardan yüksektir($p>0,05$).

Çalışmada elde edilen bulgular Lee ve arkadaşları (2007) tarafından gerçekleştirilen çalışma bulguları ile benzerlik göstermektedir. Erkek sporcuların rekabet ortamında müsabaka ve ahlak kurallarının dışına çıktığı oldukça çok görülmektedir. Kadın sporcuların ise psikolojik yapısı gereği kurallara bağlı olma eğiliminin fazla olduğu söylenebilir. Akandere ve ark. (2009) tarafından yapılan çalışmada ise spor ile uğraşan kadın sporcuların ahlak ile ilgili karar alma tutumlarının erkek sporculardan yüksek olduğu belirlenmiştir. Gürpınar’ın (2014) yaptığı çalışma da kadınların spor ahlakı ile ilgili karar alma tutum puanlarının erkek sporculardan yüksek olduğu görülmüştür.

Spor, mücadele ortamında ahlaki kararların alındığı sosyal bir ortamdır (Proios ve ark., 2013). Sporcular, performanslarını artırmak uğruna kurallara aykırı yöntemler ve teknikler kullanabilmektedir (Bredemeier ve Shields, 1994: 173). Spor, mücadele ortamında kazanma ve kaybetmenin olduğu sosyal bir olgudur. Çalışmada yaş kategorisinde, sporculuk tecrübesi ve kulüp lisansının olmasına göre Yarışma Severliği Benimsemek alt boyutu anlamlı

bulunmuştur. Yine yaş kategorisinde ve Adilce Kazanmayı Korumak alt boyutu anlamlı bulunmuştur. Elde edilen sonuçlar ile Lee ve ark. (2007) 'nın çalışmasında elde edilen sonuçlar benzerlik göstermektedir. A Genç yaş kategorisinde ve sporculuk tecrübesinde Yarışma Severliği Benimsemek alt boyutu puan ortalaması diğer yaş gruplarından yüksek çıkmıştır. Küçükler yaş kategorisinde ise Adilce Kazanmayı Korumak puanı daha yüksektir. Mücadele seviyesi arttıkça sporcuların ahlaki olmayan davranışlara yönelimleri artmaktadır (Coulomb-Cabagno ve Rascle, 2006). Elde edilen bulgular ışığında yaş kategorilerinin artması ile birlikte hile ve yarışmaseverlik gibi davranışlarının öneminin arttığı; küçük yaş gruplarında ise adilce kazanma, oyun kurallarına uyma fair play duygularının ön planda olduğu söylenebilir.

Spor, eğitimcilerin ve antrenörlerin, sporcuların karakter şekillenmesinde kullandıkları önemli bir araçtır (Kosiewicz, 2010; Cecchini ve ark., 2007). Antrenörler eğitimlerinde sporcuların ahlaki tutumlarını destekleyecek eleştirel çalışmalar yapmalıdır (Hsu, 2004). Karakter şekillenmesinde sporun görevi ve değeri oldukça önemlidir (Bredemeier and Shields, 2006).

Bu çalışmada bazı değişkenlere göre bireysel ve takım sporu yapan bireylerin ahlaki karar alma tutumları incelenmiştir. Cinsiyet, yaş kategorisi, sporculuk tecrübesi, kulüp lisansının olması ve ebeveynlerin lisanslı spor yapması gibi değişkenlerin ahlaki karar alma sürecinde etkili olduğu ortaya konulmaya çalışılmıştır. Bandura ve ark. (1967) göre, küçük yaşta bireyler davranışları ve bu davranışların standardını yalnızca ebeveynlerinden değil kendi yaşlılarında ki bireylerden de gözlemleyerek öğrenirler. Öğrenci sporcular gerek okul sporlarında gerekse kulüp müsabakalarında fair playa yakışmayan davranışları olduğunda onaylanırlarsa davranışlarına devam ederler. Bandura (1977) sosyal öğrenme kuramında, sporcuların ahlak dışı davranışları sosyal ortamlarında takım çalışmalarında, antrenör ve eğitimcilerinden gözlem yoluyla öğrenebilmektedir. Her spor branşında sosyal ortamlar farklılık göstermektedir. Sosyal ortamlarda ki bu farklılıklar da sporcu öğrencilerin farklı davranışlar öğrenmelerine neden olmaktadır.

Sonuç olarak, cinsiyet, yaş grubu, sporculuk tecrübesi, kulüp lisansının olup olmaması ve ebeveynlerin lisanslı spor geçmişinin olup olmaması gibi değişkenler sporcu öğrencilerin ahlaki karar alma tutumlarında farklılıklara sebep olmaktadır.

KAYNAKLAR

- Akandere, M., Baştuğ, G., Güler, E.D. (2009). Orta öğretim kurumlarında spora katılımın çocuğun ahlaki gelişimine etkisi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 59-68.
- Altın, M., Özseri, A., (2017). Sporcu eğitim merkezlerinde yatılı olarak eğitim gören sporcuların ahlaki karar alma tutumları. *International Journal of Cultural and Social Studies (IntJCSS)*, 3(1), 2458-9381
- Bandura, A. (1977). Social learning theory. *General Learning Press*. 305-316.
- Bandura, A., Grusec, J. E., Menlove, F. L. (1967). Some social determinants of self-monitoring reinforcement systems. *Journal of Personality and Social Psychology*, 5(4), 16-23.
- Bredemeier, B. L., Shields, D. L. (2006). Sports and character development. *President's Council on Physical Fitness and Sports Research Digest*, 7(1), 1-8.
- Bredemeier, B.L., Shields, D.L. (1994). Applied ethics and moral reasoning in sport. In: Moral development in the profession: Psychology and applied ethics. (Edts: James, R. Rest, Dorcia Narvaez). *New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Publishers*, pp. 173-188.

- Cecchini, J.A., Montero, J., Alonso, A., Izquierdo, M., Conteras, O. (2007). Effects of personal and social responsibility on fair play in sports and self-control in school-aged youths. *European Journal of Sport Science*, 7(4), 203-211.
- Coulomb-Cabagno, G., Rasclé, O. (2006). Team sports players' observed aggression as a function of gender, competitive level, and sport type. *Journal of Applied Social Psychology*, 36(8), 1980-2000.
- Dikmen, F. (2014). Ahlak, değerler ve eğitimi. *Bülent Ecevit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 1(2), 167-174.
- Durak, N. (2011). Gelenek ve Modernite etkileşimi bağlamında spor etiği. *Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 2(27), 43-63.
- Gülcan N. Y. (2015). Discussing the importance of teaching ethics in education. *Social and Behavioral Science*, 174, 2622-2625.
- Gülfem, S., Yıldırım, İ. (2007). Beden eğitimi öğretmenlerinin futbolda fair play'a ilişkin olumlu ve olumsuz davranışlara ilişkin yaklaşımlarının incelenmesi. *Spor Yönetimi ve Bilgi Teknolojileri Dergisi*, 2(19), 14-22.
- Gürpınar, B. (2014). Cinsiyet, eğitim seviyesi ve spora ait değişkenler açısından ortaokul ve lise'de okuyan sporcu öğrencilerin ahlaki karar alma tutumları. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 39(176), 413-424.
- Gürpınar, B. (2014). Altyapı Sporlarında Ahlaki Karar Alma Tutumları Ölçeğinin Türk Kültürüne Uyarlanması: Bir Türk Örneğinde Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması, *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 39 (176), 405-412.
- Hsu, L. (2004). Moral thinking sports rules and education. *Sport Education and Society*, 9(1), 143-154.
- İlhan, L. (2008). Eğitilebilir zihinsel engelli çocuklarda beden eğitimi ve sporun sosyalleşme düzeylerine etkisi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 16(1), 315-324.
- Kosiewicz, J. (2010). Sport beyond moral good and evil. *Physical Culture and Sport Studies and Research*, 49(1), 21-29.
- Kuter, F. Ö., Kuter, M. (2012). Beden eğitimi ve spor yoluyla değerler eğitimi. *Journal of Education and Humanities: Theory and Practice*, 3(6), 75-94.
- Lee, M. J., Whitehead, J. ve Ntoumanis, N. (2007). Development of the attitudes to moral decisionmaking in youth sport questionnaire (AMDYSQ). *Psychology of Sport and Exercise*, 8(3), 369-392.
- Milli Eğitim Bakanlığı (2013). Çocuk gelişimi ve eğitimi-ahlak gelişimi. *Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları*, Ankara, 1-38.
- Öztürk, F. (1998). Toplumsal Boyutlarıyla Spor. *Bağırçan Yayınevi*, Ankara.
- Pehlivan, Z. (2004). Fair Play kavramının geliştirilmesinde okul sporlarının yeri ve önemi. *Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spormetre Dergisi*, II(2), 49-53.
- Shogon, D. (2007). Sport ethics in context. (First Edt). *Toronto: Canadian Scholars Press Inc*
- Ünlütepe, Ş. (2000). Spor ve eğitim ilişkisi. *İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, 10, 171-174.
- Yapan, T. H. (1992). Spor ahlakı-beden eğitimi dersinde ahlaki eğitim. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. *Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul*.

Evrin BÖYÜKELHAN – Orcid ID: 0000-0002-5289-6625
Çetin ÖZDİLEK – Orcid ID: 0000-0003-3676-366X
Tayfun KAYA – Orcid ID: 0000-0003-2108-5966
Yusuf Mert ÖZTÜRK – Orcid ID: 0000-0003-3499-9476

Geliş Tarihi (Received): 09.07.2019
Kabul Tarihi (Accepted): 01.12.2019
SPORMETRE, 2019,17(4),181-189
DOI: 10.33689/spormetre.589150

SPORTİF BAŞARI HİKAYELERİ SPOR MEDYASI HAKKINDA BİLDİKLERİMİZİ DEĞİŞTİREBİLİR Mİ? KADIN HENTBOLU ÖRNEĞİ¹

Zafer ÇİMEN¹, Onur MEŞECİ²

¹Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yönetimi Bölümü, Ankara, Türkiye

²Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Yönetim Bilimleri Programı, Ankara, Türkiye

Öz: Yaygın ve yerel medya araçları hangi sporlara daha çok yer verir sorusunun yanıtı genellikle futboldur. Bu algı günümüze kadar yapılan bilimsel çalışmalarla da desteklenmiştir. Ancak sportif başarı söz konusu olduğunda medyanın dönemselsel olarak farklı sporlara geniş yer ayırdığı da bilinmektedir. Farklı spor branşlarındaki uzun dönemli sportif başarıların spor medyasının futbola ve erkek sporlarına olan ilgisini nasıl etkilediğini belirlemek bu çalışmanın yapılmasına dayanak oluşturmuştur. Bu noktadan hareketle, eldeki çalışmanın amacı 3 yılı aşkın bir süredir hem ulusal ligde hem de Avrupa kupalarında başarı hikayelerine sahip Kastamonu Belediyesi Bayan Hentbol Takımının spor medyasında yer alma konusundaki genel durumu nasıl etkilediğini belirlemektir. Nitel araştırma yöntemi ile gerçekleştirilen çalışmada Kastamonu’da yayınlanan altı günlük yerel gazeteden üç tanesi ölçüt örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Belirlenen bu üç günlük yerel gazetenin spor sayfaları 13 Nisan-14 Mayıs 2018 tarihleri arasında bir ay süreyle incelenmiştir. Bu incelemede gazetelerin spor sayfaları spor branşı ve cinsiyet dağılımlarına göre cm² olarak ölçülmüş ve alan dağılımının hesaplanması betimsel yolla yüzde olarak verilmiştir. Araştırma kapsamında yer alan gazeteler üzerinde yapılan hesaplamalardan elde edilen bulgulara göre: yaygın kaniyla uyumlu olarak futbol branşı %51.08 ile birinci sırada yer alsa da hentbol branşının %26.89’yla ikinci sırada yerel medyada yer aldığı belirlenmiştir. Bu iki branşı basketbol (%6.78), bisiklet (%1.19) ve voleybol (%1.05) izlemiştir. Cinsiyete göre yapılan hesaplamalara göre erkek sporları %60.46, kadın sporları %32.15 ve cinsiyet içermeyen spor haberleri ise %6.17 oranında yer almıştır. Sonuç olarak, bu çalışma birçok ülkede olduğu gibi ülkemizde de popüler bir spor olmasından dolayı spor medyasının genel anlamda futbola ve erkek sporlarına daha fazla yer veriyor olsa da uzun süreli sportif başarı söz konusu olduğunda toplum ilgisi nedeniyle farklı branşlara ve kadın sporlarına yönelik haberlere de yer verebileceğini göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: spor, medyada yer alma, cinsiyet

CAN SPORTIVE SUCCESS STORIES CHANGE WHAT WE KNOW ABOUT SPORTS MEDIA? AN EXAMPLE OF WOMEN'S HANDBALL

Abstract: Football is generally the first answer to the question about “which sport does cover more in national and hometown media”. This perception has been also supported by scientific studies. However, it is known that during periods of sporting success, different sports can cover more in media. To determine how the long-term sportive successes in different sports do affect the interest of sports media to football and men's sports, was the basis of this study. For this purpose, this study was designed to find out the influence of Kastamonu Municipality Women's Handball Teams' success story over the 3 years in both national league and European cups, on hometown newspapers' sports media coverage. In this qualitative research three out of the six daily local newspapers published in Kastamonu were determined by criterion sampling method. Documents from the sports pages of these three daily local newspapers were examined between April 13 and May 14, 2018. In this study, sports pages of the newspapers were measured in cm² according to the sports and gender distributions. Media coverage distributions were conveyed to the percentage for describing the findings. According to the findings of the media coverage distributions of sports; even if football, harmoniously with popular perception had a first place (51.08%), handball had a second place (26.89%) in hometown sports media. Basketball (6.78%), cycling (1.19%) and volleyball (1.05%) were followed. Media coverage distributions of gender as follows; men's sports 60.46%, women's sports 32.15% and gender-free sports news 6.17%. As a result, this study indicates that, due to the football is the most popular sport in most of the countries and Turkey, even if sports media generally covers football and men's sports, because of the interest of society in the case of long-term sporting success, however, different sports and women's sports can cover more space in sport media.

Key Words: sport, media coverage, gender

¹ Bu çalışma 11-14 Nisan 2019 tarihleri arasında Bodrum’da düzenlenen 2. Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresinde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

GİRİŞ

Kitle iletişim araçları (medya) günümüzde bilgi verme, etkileme, eğlendirme, değiştirme ve dönüştürme gibi özellikleriyle bireyleri ve toplumu önemli ölçüde etkilemektedir. Çünkü medya araçları ister yaygın isterse yerel olsun; bireylerin ve toplumların siyasal, kültürel ve spora yönelik algılarını şekillendirmede ve etkilemede kilit rol oynar (Bie ve Billings 2015; Çuhadar ve Ünal, 2017; Köseadağ, 2016). Bu rolleri yerine getirirken medya araçlarının önemi gündemin belirleyicileri ve çevremizde meydana gelen gelişmeleri ilk aktaran olmalarından kaynaklanmaktadır.

İletişim çağı olarak da nitelenen günümüzde, oynadığı rollerin önemi daha da artan medya araçlarının ülkemiz insanının hayatına girmesi önceleri azınlıkların çıkardıkları gazetelerle başlamıştır. Bu gazeteleri 1829 yılında Mısır Valisi Mehmet Ali Paşa tarafından Türkçe ve Arapça çıkartılan Vakayi-i Mısriyye ve II. Mahmut'un fermanıyla 1831 yılında yayın hayatına başlayan ilk Türkçe gazete Takvim-i Vekâyi izlemiştir (Çavuş, 2017; Karaduman, 2017). Yayınlandıkları yer bakımından bu iki gazete, Türkiye'de yaygın ve yerel gazete kavramlarının ortaya çıkmasını sağlamıştır (Çavuş, 2017). Günümüzde bu iki kavram Basın Kanunu'nun 2. Maddesinin d ve f bentlerinde şöyle ifade edilmektedir (Resmi Gazete, 26 Haziran 2004):

d)Yaygın süreli yayın: Tek bir basın-yayın kuruluşu tarafından aynı isimle basılan ve her coğrafi bölgede en az bir ilde olmak üzere, ülkenin en az yüzde yetmişinde yayımlanan süreli yayın ile haber ajanslarının yayınlarını,

f) Yerel süreli yayın: Tek bir yerleşim biriminde yayımlanan süreli yayınlar ile haftada bir veya daha uzun aralıklarla yayımlanan yaygın ve bölgesel yayınlar.

Bu en temel sınıflama içinde yer alan her iki medya aracı da haber verme, eğitme, bilgilendirme, eğlendirme, kamuoyu oluşturma gibi işlevleri bakımından benzer görevleri yerine getirirler de bazı özellikleri bakımından birbirlerinden ayrılırlar. Bu özelliklerden ilki yaygın medyanın geniş bir coğrafi alanı, yerel medyanın ise dar coğrafi sınırlılığı içermesi ve bunun bir sonucu olarak da il ve ilçeler gibi dar bir hedef kitlesi olmasıdır (Karaduman, 2017). İkincisi yerel medyanın, yaygın medyada yer bulamayan bölgesel içerik ve gündemi temsil etmesidir. Bu ayırt edici iki özelliği ile yerel medya, yaygın medyada yer bulamayan yerel haber ve konuların yöre halkına ulaştırılmasını sağlar (Arslan ve Arslan, 2016) ve herkesin kendi sokağında meydana gelen, ülkenin ya da dünyanın diğer yerlerinde meydana gelen benzer şeylerden daha önemlidir gerçeğiyle hareket eder. Çünkü insanlar sokaklarında yaşadıkları bir sorun varsa öncelikle onun çözülmesini bekler (Çavuş, 2017; Karaduman, 2017). Bunun sonucunda doğal olarak yerel medya, ülke ve dünya gündeminden de uzaklaşmadan öncelikle yerel gündemdeki konulara öncelik verir, yerel sorunları ön planda tutar ve yayımlandığı yöredeki kamuoyuna yönelik faaliyetler gerçekleştirir. Bu nedenle oldukça önemli role sahip olan yerel medya, insanları yaşadıkları şehir ile ilgili doğru şekilde bilgilendirmek durumundadır.

Bu bilgilendirme yerel medyanın hedef kitlesinin bulunduğu yörede meydana gelen siyasi, sosyal ve ekonomik olaylar ile kültürel etkinliklerin yanı sıra spora yönelik etkinlikleri de içermektedir (Çuhadar ve Ünal, 2017; Yeşil, 2015). Bu bağlamda medyanın sporla, sporun medyayla ilişkisi 19. yüzyılın sonlarında modern sporun ortaya çıkışından bu yana çeşitli şekillerde süregelmektedir. (Horne, 2005). Yüzyılı aşkın bir süredir devam eden bu ilişkide yerel medya araçları da yörede gerçekleşen spor etkinlikleri veya yörenin spor kulübü, yetiştirdiği sporcusu ve antrenörü ile ilgili önemli spor olaylarını yöre halkına ulaştırmada bir araç olarak görev yapmaktadır. Böylece yerel medya araçları yörede sporla ilgili olumlu kamuoyu yaratma, politika geliştirme, spor branşlarına ilginin gelişmesi ve spor yatırımlarının artmasına katkı verme (Bie ve Billings 2015; Öztürk ve ark., 1999) gibi faydaların yanında spor

alanında gösterilen başarıların da gündemde kalmasını ve dikkatlerin bu başarılar üzerinde kalmasını sağlar.

Ayrıca yerel medya bölgesel spor olaylarına odaklanarak, halkın ilgisinin yörenin takımı ve sporcularına yönelmesinin yanı sıra yöre kulüplerinin etkinliklerinin seyredilmesi, toplumda ortak bir ruhun hissedilmesi ve şehre ait olmanın gururunu şehrin takımları etrafında yaratılmasına da yardımcı olur. Aynı zamanda şehrin dışındaki spor etkinliklerinin (farklı şehir veya ülke) gazetelerde yer almasıyla okuyucular, geniş taraftar grupları ve spor takipçilerinin birbiriyle ilişkilerinin sağlam kalmasını da katkı sağlar (Lorenz, 2003).

Ancak söz konusu spor olduğunda, tüm dünyada olduğu gibi medya araçları sanki önemli sorumluluk ve görevlerini bir kenara iterek ülkenin popüler spor/sporları veya başarılı takım, sporcu ve antrenörleri (Gammelsæter, 2017) ve erkek sporları (Bie ve Billings, 2015; Billings ve Young 2015; Cunningham ve Sagas, 2002, Fink, 2015; Laucella ve ark. 2017) ile ilgili haberlere yer verdikleri yönünde bir algı ile karşı karşıyadır. Bu noktada ülkemiz medyasında yer alma konusunda dikkatinin sürekli üzerinde olduğu spor branşı genel algıda ve yapılan araştırmalarda ister yaygın (Argan ve ark., 2018; Bayraktar ve Tozoğlu, 2015; Cengiz ve Güngörmüş, 2003, Özsoy ve ark., 2013), isterse yerel medya olsun futboldur (Öztürk ve ark., 1999; Tel ve Ağkurt, 2016). Bu durumun değişiklik gösterdiği zamanlar dönemsel (belirli tarihler arasında gerçekleşen spor organizasyonları) ya da günlük başarılı sonuçlar ve olağan dışı olaylar dışında genelde fazla değişiklik göstermez ve popüler spor/sporlar medya araçlarında daha fazla yer alırlar. Oluşan genel “futbol medyası” algısı, diğer branşların dönemsel ya da günlük başarılarıyla haber değeri taşıyarak medya araçlarında yer bulsa da pek değişmemektedir. Konuya yapılan araştırmalar çerçevesinde bakıldığında da “futbol medyası” gerçeğini yansıttığı söylenebilir.

Çünkü yapılan araştırmalar genel durumu ortaya koyacak şekilde tasarlanarak gerçekleştirildiği için sonuçlarda önemli değişiklikler olmamıştır. Ayrıca yapılan bu araştırmalarda uzun süreli sportif başarıların spor medyasında yer almayı nasıl etkilediğine yönelik araştırmalara da pek rastlanmamaktadır. Özellikle toplumun da ilgisini çeken uzun süreli sportif başarıların spor medyasında yer almayı nasıl etkilediği ve aslında medyanın bu konuda değişim gösterip göstermediğini görmek bakımından araştırmanın önemli olduğu söylenebilir. Bu noktadan hareketle eldeki çalışmanın amacı uzun süreli sportif başarı hikayelerinin spor medyasında “yer alma” konusunda medya araçları üzerinde nasıl bir etkiye sahip olduğunu yerel gazeteler özelinde ortaya koymaktır.

YÖNTEM

Farklı spor branşlarındaki uzun dönemli sportif başarıların spor medyasında yer almayı nasıl etkilediğinin ortaya konulmaya çalışıldığı bu nitel çalışmada doküman analizi yöntemi kullanılmıştır. Araştırmada üç yılı aşkın bir süredir hem ulusal ligde hem de Avrupa kupalarında açıkça gözlenebilen bir başarı hikayesine sahip olmasının yanı sıra başta yerel halk olmak üzere ülke çapında da beğeni kazanan Kastamonu Belediyesi Kadın Hentbol Takımı uygun örnek olarak belirlenmiştir.

Araştırmanın sınırlılığı çerçevesinde medya araçlarından yerel gazeteler araştırma kapsamına alınmış ve Kastamonu ilinde yayımlanan yerel gazeteler ön incelenmeden geçirilmiştir. Bu incelemenin ardından Kastamonu ilinde yayımlanan bazı gazetelerin spora oldukça az veya bazı günler hiç yer vermediği görülmüştür. Bu nedenle araştırmada ölçüt örnekleme yöntemi kullanılmış ve incelemeye alınacak gazetelerin belirlenmesi “spora günde en az bir sayfa yer verme”, “en çok abone sayısına sahip olma” ve “en çok tiraja sahip olma” ölçütleriyle

gerçekleştirilmiştir. Kastamonu ilinde yayımlanan ve belirlenen ölçütleri taşıyan altı günlük yerel gazeteden üç tanesi araştırma kapsamına alınmıştır. Bu gazetelere Y.G. 1, Y.G. 2 ve Y.G. 3 isimleri verilmiştir.

Araştırma kapsamına alınan üç yerel günlük gazetenin spor sayfaları 13 Nisan-14 Mayıs 2018 tarihleri arasında bir ay süreyle incelenmiştir. Bu incelemede gazetelerin spor sayfalarında yer alan sporla ilgili haberler, görseller, görsellerle ilgili yazılar, makaleler, haber başlıkları ve reklamların kapsadığı alanlar ölçülmüştür. Bu ölçümlerde habere konu olan “spor branşı” ve “cinsiyet” dağılımları dikkate alınmıştır. Gazetelerin ve spor sayfalarının alan dağılımının ölçümü cm² olarak yapılmış ve betimsel yolla yüzde (%) olarak hesaplanmıştır. Yapılan hesaplamalar reklam alanları ve cinsiyet içermeyen spor haberlerini de içermektedir.

BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde Kastamonu ilinde yayımlanan ve araştırmada incelenen üç yerel gazetenin spor sayfalarının ölçülmesi sonucu elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Yerel gazetelerin toplam alanları ile sporla ilgili ve sporla ilgili olmayan haberlerin alan dağılımları tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1. Yerel Gazete Haberlerinin Spor Dışı ve Spor İçeren Haberlere Göre Dağılımı

| Gazete | Spor Dışı Haber | | Spor Haberi | | Toplam |
|---------------|-----------------|--------------|-----------------|--------------|----------------|
| | cm ² | % | cm ² | % | |
| Y.G. 1 | 332939 | 89.23 | 40181 | 10.76 | 373120 |
| Y.G. 2 | 340674 | 88.10 | 46014 | 11.89 | 386688 |
| Y.G. 3 | 324190 | 87.68 | 45538 | 12.31 | 369728 |
| Toplam | 997803 | 88.33 | 131733 | 11.66 | 1129536 |

Tablo 1 incelendiğinde yerel gazetelerin toplam alanlarının 369728 cm² ile 386688 cm² arasında değiştiği, bu alanların büyük bir kısmının sporla ilgili olmayan haberleri içerdiği ve sporla ilgili haberlerin en az %10.76, en çok %12.31 oranlarında yer aldığı anlaşılmaktadır. Yerel gazetelerin spor sayfalarında yer alan haberlerin ulusal ve yerel haber olma bakımından dağılımı tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Yerel Gazete Spor Haberlerin Yerel ve Ulusal Olarak Dağılımı

| Gazete | Yerel | | Ulusal | | Reklam | |
|---------------|-----------------|--------------|-----------------|-------------|-----------------|-------------|
| | cm ² | % | cm ² | % | cm ² | % |
| Y.G. 1 | 37340 | 92.92 | 2015 | 5.01 | 826 | 2.05 |
| Y.G. 2 | 42152 | 91.60 | 3862 | 8.39 | - | - |
| Y.G. 3 | 42100 | 92.45 | 2701 | 5.93 | 737 | 1.61 |
| Toplam | 121592 | 92.30 | 8578 | 6.51 | 1563 | 1.22 |

Tablo 2 incelendiğinde yerel gazetelerin spor sayfalarında yerel nitelikteki spor haberlerinin oldukça yüksek oranda (%92.30) yer aldığı, ulusal nitelikteki spor haberlerinde sınırlı şekilde (%6.51) yer aldığı anlaşılmaktadır. Yerel gazetelerin kadın ve erkek sporlarına ne oranda yer verdiğine ilişkin bulgular Tablo 3’de yer almaktadır.

Tablo 3. Yerel Gazete Spor Haberlerinin Cinsiyete Göre Dağılımı

| Gazete | Kadın | | Erkek | | Cinsiyet İçermeyen | | Reklam | |
|---------------|-----------------|--------------|-----------------|--------------|--------------------|-------------|-----------------|-------------|
| | cm ² | % | cm ² | % | cm ² | % | cm ² | % |
| Y.G. 1 | 13240 | 32.95 | 23203 | 57.74 | 2912 | 7.24 | 826 | 2.05 |
| Y.G. 2 | 14022 | 30.47 | 29536 | 64.18 | 2456 | 5.33 | - | - |
| Y.G. 3 | 15028 | 33.01 | 27081 | 59.46 | 2692 | 5.91 | 737 | 1.61 |
| Toplam | 42290 | 32.15 | 79820 | 60.46 | 8060 | 6.17 | 1563 | 1.22 |

Tablo 3’de araştırma kapsamında yer alan gazeteler üzerinde yapılan hesaplamalara göre erkek sporlarının %60.46, kadın sporlarının %32.15 ve cinsiyet içerip içermediği anlaşılamayan spor haberlerinin ise %6.17 oranında yer aldığı görülmektedir. Spor branşlarının cinsiyete göre yerel gazetelerin spor sayfalarında ne oranda yer aldığına ilişkin bulgular Tablo 4’de yer almaktadır.

Tablo 4. Yerel Gazete Spor Haberlerinin Spor Branşı ve Cinsiyete Göre Dağılımı

| Gazete | | Y.G. 1 | | Y.G. 2 | | Y.G. 3 | | Cinsiyete Göre Toplam | | Toplam |
|-----------|----------|-----------------|-------|-----------------|-------|-----------------|-------|-----------------------|-------|--------|
| Branş | Cinsiyet | cm ² | % | cm ² | % | cm ² | % | cm ² | % | % |
| Futbol | Kadın | 240 | 0.59 | 173 | 0.37 | 308 | 0.67 | 721 | 0.54 | 51.08 |
| | Erkek | 19064 | 47.44 | 24393 | 53.04 | 23287 | 51.13 | 66744 | 50.54 | |
| Hentbol | Kadın | 9748 | 24.28 | 12405 | 26.96 | 12457 | 27.36 | 34610 | 26.21 | 26.89 |
| | Erkek | 282 | 0.71 | 380 | 0.83 | 229 | 0.51 | 891 | 0.68 | |
| Basketbol | Kadın | 2182 | 5.43 | 853 | 1.85 | 1155 | 2.53 | 4190 | 3.27 | 6.78 |
| | Erkek | 1277 | 3.19 | 1575 | 3.44 | 1763 | 3.89 | 4615 | 3.51 | |
| Bisiklet | Kadın | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1.19 |
| | Erkek | 591 | 1.47 | 490 | 1.06 | 482 | 1.05 | 1563 | 1.19 | |
| Voleybol | Kadın | 415 | 1.04 | 421 | 0.91 | 377 | 0.82 | 1213 | 0.93 | 1.05 |
| | Erkek | 48 | 0.11 | 127 | 0.10 | 67 | 0.14 | 242 | 0.12 | |
| Yüzme | Kadın | 215 | 0.53 | 105 | 0.22 | 413 | 0.90 | 733 | 0.55 | 0.81 |
| | Erkek | 150 | 0.38 | 80 | 0.18 | 96 | 0.28 | 326 | 0.26 | |
| Diğer | Kadın | 440 | 1.09 | 65 | 0.14 | 318 | 0.70 | 823 | 0.65 | 4.81 |
| | Erkek | 1791 | 4.48 | 2491 | 5.44 | 1157 | 2.57 | 5439 | 4.16 | |
| Toplam | Kadın | 13240 | 32.95 | 14022 | 30.47 | 15028 | 33.01 | 42290 | 32.15 | 92.61 |
| | Erkek | 23203 | 57.74 | 29536 | 64.18 | 27081 | 59.46 | 79820 | 60.46 | |

* Bu tabloda toplam 1563 cm² ile % 1.22 oranındaki reklam alanı ve 8060 cm² ile %6.17 oranındaki cinsiyet içermeyen spor haberleri yer almamaktadır.

Tablo 4’e bakıldığında spor haberlerinde futbol branşının %51.08 ile birinci ve hentbol branşının %26.89 ile ikinci sırada yer aldığı, bu iki branşı sırasıyla; basketbol (%6.78), bisiklet (%1.19), voleybol (%1.05) ve yüzmenin (%0.81) izlediği görülmektedir. Yine aynı tabloda kadın sporlarının %32.15 oranında yerel gazetelerde yer aldığı, bu oran içinde kadın hentbolunun %26.21’le diğer branşlara göre oldukça önemli sayılabilecek bir orana ulaştığı izlenmektedir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Spor medyasında “yer alma” konusunda Kastamonu Belediyesi Spor Kadın Hentbol Takımının uzun süreli sportif başarı hikayesinin medya araçları üzerinde nasıl bir etkiye sahip olduğunun ortaya konulmaya çalışıldığı bu çalışmada Kastamonu ilinde yayınlanan yerel gazeteler incelenmiştir.

Araştırma kapsamında incelenen yerel gazetelerde spor içermeyen haberlerin %88.33, spor içeren haberlerin ise %11.65 oranlarında yer aldığı belirlenmiştir. Yerel gazetelerin yerel halkı ilgilendiren birçok konuya yer vermek durumunda olması, sayısal ve donanım açısından yetersiz çalışanlara sahip olmaları, ekonomik sıkıntıları, yeni teknolojileri kullanmadaki yetersizlikleri ve sınırlı sayfa sayısı (Çavuş, 2017; Yeşil, 2015) gazete çıkarma gibi önemli sorunlarla karşı karşıya olmalarına rağmen spora yaygın ve yerel gazetelere göre (Kösedag, 2016) azımsanmayacak oranlarda yer verdikleri söylenebilir.

Yaygın medya araçları başta ülke olmak üzere, dünyada ve yerel düzeyde haber değeri taşıyan gelişmeleri ve sorunları toplumun gündemine taşıyarak yöneticileri bilgilendirir ve uyarır. Ancak bu uyarılar ve bilgilendirmeler yerel düzeydeki sorunları ve gelişmeleri aktarmada

yeterli düzeye ulaşmamaktadır. Zaten yerel medya araçlarının ortaya çıkması ve varlıklarını sürdürebilmelerinde üstlendiği yerel sorunların ve yerel etkinliklerin yerel halka ve yöneticilere ulaştırma işlevinin etkili olduğu söylenebilir (Çavuş, 2017; Karaduman, 2017). Araştırma kapsamındaki gazetelerin, yerel spor olaylarına daha fazla yer vererek (%92.32) bu önemli işlevini yerine getirdiği anlaşılmaktadır.

İnsanoğlunun tarım toplumuna geçişiyle birlikte topluluklar halinde yaşamaya başlaması sonucu ortaya çıkan toplumsal cinsiyet rolleri, günümüzde klişeleşmiş bir şekilde spor medyası tarafından da kadınların yeteneklerini görmezden gelerek sürdürülmektedir (Billings ve Young, 2015; Fink, 2015; Koca ve Bulgu, 2005; Laucella ve ark., 2017; Messner ve ark., 2000; Pelak, 2005; Yüksel, 2014/1; Yüksel, 2014/2). Hatta spor organizasyonları veya bu organizasyon içinde yer alan karşılaşmalarda erkeklerin yer aldığı etkinliklerde cinsiyet belirtilmezken, yani standart olarak kabul edilirken, kadınların yer aldığı etkinliklerin başına ‘kadın futbol’, ‘kadınlar 100 m. yarışı’ gibi mutlaka ‘kadın’ ifadesi yer alır (Boykoff ve Yasuoka, 2015; Fink, 2015). Birçok araştırmacı bunun tesadüf olmadığını ve spor medyasının erkek gücü ve ayrıcalıklarının korunmasında güçlü bir araç olarak kullanıldığı yönünde görüşler sunmaktadır (Cooky ve ark., 2013; Engleman ve ark., 2009). Bu durum kadınların spora katılımıyla ya da elde ettikleri başarılarla da doğrudan ilgili değildir. Örneğin 2012 Olimpiyat Oyunlarına katılan sporcuların %44’ünün kadın olması (Fink, 2015) ve ABD sporcularının içinde kadın sporcu sayısının 268 (%50.7) erkeklerden 261 (%49.3) çok olması (Brennan, 2012) ve daha fazla madalya almalarına rağmen medyada daha az yer almaları (Boykoff ve Yasuoka, 2015; Laucella ve ark., 2017) durumun katılımı veya kazanılan madalya sayısı ile değişmediğini göstermektedir. Ancak bu çalışmada ortaya çıkan sonuç kadın sporlarının da başarı söz konusu olduğunda medyada yer alabileceğini göstermesi bakımından farklıdır. Kadın sporları genelde %32.15, özelde de kadın hentbolunda %26.21 gibi bir oranda medyada yer alarak dünyanın gelişmiş ülkelerinde bile az rastlanan bir orana ulaşmıştır.

Bu durumun ortaya çıkmasında Kastamonu Belediyesi Kadın Hentbol Takımı’nın uzun süreli başarıları, hentbolun takım sporu olması ve çalışmanın yerel gazeteler üzerinde yapılmasından kaynaklı olabilir. Çünkü yerel gazeteler ortak kimliğin somut sembelleri ve topluma ait olma gururunun birer amblemi olan yerel spor takımlarının etkinliklerini yayımlayarak toplumun ilgisini takımlarının etrafında toplanmasına ve halka yerel spor kulübü ve sporcuları ile ilgili bilgi kaynağı olarak toplum gururunu sürdürmeye çalışırlar. Böylece şehirdeki birçok kişinin takımlarının amaç ve performanslarını paylaşarak bağlılık hissetmelerini sağlamak yerel gazeteler tarafından sağlanmış olur (Lorenz, 2003).

Ayrıca ilk örneği 1948 Londra Olimpiyatlarında görülen ve gazetelerin manşetlerine dahi taşınabilen, ancak birkaç gün süren haberlere neden olan (İlhan, 2009, s. 46-47) dönemsel sportif başarının medyada yer bulması günümüz medyasında da benzer şekilde sürmektedir (Cengiz ve Güngörmüş, 2003; Tel ve Ağkurt, 2016). Son yıllarda basketbol ve voleybol gibi branşlarda yaşanan uzun süreli sportif başarılar da yaygın medyada geniş yer bulsa da yine uzun soluklu olmamaktadır. Bu iki branşın futboldan sonra medya tarafından ilgi gören sporlar olduğu da gözden uzak tutulmamalıdır ((Demir, 2006, s. 118; Öztürk ve ark., 1999). Sportif başarıların bir hikayeye dönebilmesi başarıların da uzun süreleri kapsamıyla ilişkilidir. Bu durumda bireysel sporlar takım sporlarına göre zayıf durumdadır. Çünkü takım sporlarında yılın büyük bölümünde karşılaşmalar sürerken, bireysel sporlarda yılda en fazla 1-4 arası önemli etkinlikler yapılmaktadır. Örneğin ata sporu güreşte oldukça önemli başarılarımız olmasına ve dönemsel olarak medyada da geniş yer almasına karşın yılda birkaç etkinlik olduğu için diğer dönemlerde yeteri kadar yer almamaktadır (Bayraktar ve Tozoğlu, 2015; Türkmen, İmamoğlu, ve Ziyagil, 2006). Hentbol branşı hatta kadın sporları yaygın ve yerel medyada yer alma konusunda ilk on spor arasında her zaman yer almamasına karşın (Demir, 2006, s. 118,

Özsoy ve ark., 2013; Öztürk ve ark., 1999), hem takım sporu olması hem de etkinlik takviminin uzun süreyi kapsamasından öte Kastamonu Belediyesi Kadın Hentbol Takımının uzun süreli başarı hikayesine sahip olmasının yerel medyada geniş oranda yer almasında temel sebep olduğu söylenebilir.

Dünyanın pek çok ülkesinde kitleleri peşinden sürükleyen ve toplumun önemli bir kesiminde değer bularak popüler kültürün bir örneği haline gelen futbol, ülkemizde de benzer özellikler taşımaktadır (Koçer, 2012; Yıldız-Ekin, 2005). Bu durumun bir yansıması olarak futbol, spor medyasında en çok yer alan spor branşı olarak karşımıza çıkmaktadır (Özsoy ve Doğu, 2006; Tel ve Ağkurt, 2016; Türkmen ve ark., 2006). Bu çalışmada da futbol medyada yer alma açısından %51.08’le ilk spor branşı olmasına karşın, hentbol herhangi bir popülaritesi olmadığı halde %26.89 ile ikinci sırada yer almış ve onu basketbol (%6,.78) izlemiştir. Bu çalışmanın bulguları, amatör sporlar üzerine yapılan çalışmada medyada yer alma sıralamayla (Demir, 2006, s. 118) sadece hentbol branşı dışında benzerlikler göstermektedir. Bu durum kimi araştırmacılar tarafından başta futbol olmak üzere basketbol ve voleybol gibi kitleleri peşinden sürükleyen sporların popüler kültürden kaynaklı zoraki bu sporların topluma pompalandığı yorumuyla (Türkmen ve ark., 2006) çelişmektedir. Hentbol branşının bu çalışmada ister yaygın isterse yerel medya araçlarında hiç olmadığı oranda yüksek düzeyde yer almasının ulusal ve uluslararası başarı hikayeleriyle ve yöre halkının bir simgesi ve gurur kaynağı olmasıyla açıklamak mümkündür.

Sonuç olarak bu araştırma, farklı bir spor branşının (hentbol) ve kadın sporlarının medyada yer alma konusunda yapılan çalışmalardan oldukça farklı bir yansımasının olabileceğini göstermiştir. Ayrıca araştırma, medyada yer alma konusunda futbolun üstünlüğünün diğer branşlarında toplum gururu haline gelerek simgeleşmesi, ilginin sürekli canlı tutulması için uzun süreli başarı hikayelerine sahip olmasının etkili olabileceğini göstermesi ve toplum ilgisinin spor medyası tarafından görmezden gelinemeyeceğinin de bir kanıtı olabilir.

Bu araştırmanın sınırlılıkları; herhangi bir özellik aranmadan sadece belirlenen bir aylık süreyi kapsamaması, Kastamonu Belediye Spor Kadın Hentbol Takımının uzun dönemli başarılarından dolayı Kastamonu ile ve bu ilde yayınlanan üç yerel gazeteyi yalnızca haber başlıkları ve haber içinde geçen konu olarak ‘spor dalı’ ve ‘cinsiyet’ göz önüne alınarak yapılmış olmasıdır. Bundan sonraki çalışmalar için bu tip başarı hikayeleri yakalandığında yerel gazetelerle sınırlı kalınmayıp yaygın medyayı içinde alacak şekilde daha uzun süreyle ve haber içeriklerinin de değerlendirmeye alınarak gerçekleştirilmesi önerilebilir.

KAYNAKLAR

Argan M., Özgen C., Yetim G., Çakır K.D. (2018). Futbol haberlerinde metafor kullanımı: Türkiye'deki gazetelere yönelik içerik analizi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 6(71), 321-333.

Arslan E., Arslan B. (2016). Türkiye’de yerel gazete yöneticilerinin meslek etiği algısı. *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi*, 9(2), 174-204.

Bayraktar G., Tozoğlu E. (2015). Güreş sporuna küreselleşme sürecinin etkileri, *Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(2), 71-92.

Bie B., Billings A.C. (2015). Too good to be true?": US and Chinese media coverage of Chinese swimmer Ye Shiwen in the 2012 Olympic Games. *International Review for the Sociology of Sport*, 50(7), 785–803.

Billings A.C., Young B.D. (2015). Comparing flagship news programs: Women’s sport coverage in ESPN’s Sports Center and FOX Sports 1’s FOX Sports Live, *Electronic News*, 9(1), 3-16.

- Boykoff J., Yasuoka M. (2015). Gender and politics at the 2012 Olympics: media coverage and its implications, *Sport in Society*, 18:2, 219-233, DOI:10.1080/17430437.2013.854481.
- Brennan C. (2012). Finally. It's all about the women at London Olympics. *Usa Today*, Erişim adresi (27.06.2019): <http://usatoday30.usatoday.com/sports/story/2012-07-25/London-Olympics-Brennan-women/56488526/1>.
- Cengiz R., Güngörmüş H.A. (2003). Spor köşe yazıları ve haberlerinin okuyucuya yansıttığı görüşler üzerine bir araştırma. *Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresi*, Bildiriler Kitabı, 199-205, Ankara.
- Cooky C., Messner M.A., Hextrum R.H. (2013). Women play sport, but not on tv: A longitudinal study of televised news media. *Communication and Sport*, 1-28. <http://dx.doi.org/10.1177/2167479513476947>.
- Cunningham G.B., Sagas M. (2002). Utilizing a different perspective: brand equity and media coverage of intercollegiate athletics. *International Sports Journal*, 6(1), 134-145.
- Çavuş S. (2017). Yerel basının sorunları üzerine tespitler: Aksaray örneğinde nitel bir araştırma. *Aksaray Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 9(4), 19-32.
- Çuhadar E., Ünal F. (2017). Yaşam boyu öğrenmeye katkı sağlayan yerel gazete haberleri (Bartın ili örneği). *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(49), 416-423.
- Demir G. (2006). Yazılı Alman ve Türk basınında amatör branşların yeri. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Engleman A.N., Pedersen P.M., Wharton R. (2009). Coverage of gender in ESPN The Magazine: An examination of articles and photographs. *International Journal of Sport Management*, 10, 226-242.
- Fink J. S. (2015). Female athletes, women's sport, and the sport media commercial complex: Have we really "come a long way, baby"? *Sport Management Review*, 18, 331-342.
- Gammelsæter H. (2017). Media visibility and place reputation: does sport make a difference?", *Journal of Place Management and Development*, 10(3), 288-298, <https://doi.org/10.1108/JPMD-01-2017-0004>.
- Horne J. (2005). Sport and the mass media in Japan. *Sociology of Sport Journal*, 22, 415-432.
- İlhan E. (2009). Spor medyasında etik değerler; spor yazarlarının görüşleri, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Doktora Tezi.
- Karaduman M. (2017). Yerel medya çalışanlarının eğitim düzeyleri ve mesleki yeterlilikleri: Antalya örneği. *Akdeniz Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, 28, 284-301.
- Koca C., Bulgu N. (2005). Spor ve toplumsal cinsiyet: genel bir bakış. *Toplum ve Bilim*, 103, 163-184.
- Koçer M. (2012). Futbol derneklerine üye olan taraftarların şiddet ve holiganizm eğilimlerinin belirlenmesi: Kayseri örneği. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 32(1), 111-135.
- Kösedağ M.S. (2016). Türkiye'de ulusal ve yerel gazetelerin siyasal gündemlerinin karşılaştırılması. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 9(42), 1586-1603.
- Laucella P.C., Hardin M., Bien-Aimé S., Antunovic D. (2017). Diversifying the sports department and covering women's sports: a survey of sports editors. *Journalism and Mass Communication Quarterly*, 94(3), 772- 792.
- Lorenz S.L. (2003). In the field of sport at home and abroad: Sports coverage in Canadian daily newspapers, 1850-1914. *Sport History Review*, 34, 133-167.
- Messner M.A., Dunbar M., Hunt D. (2000). The televised sportsman hood formula. *Journal of Sport and Social Issues*, 24, 380-394.
- Özsoy S., Doğu G. (2006). Spor gazeteciliğinin bugünkü durumu ve mesleki nitelikleri. *İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, 25, 123-142.

Özsoy S., Sadık R., Boz H. (2013). Spor dalı çeşitliliği bakımından Türkiye'deki spor gazetelerinin Avrupa'daki spor gazeteleri ile karşılaştırılması. *Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, 2(1), 133-149.

Öztürk F., Zülkadiroğlu Z., İnce G., Şahin M. (1999). Yerel gazetelerde sporun yer alışı. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 1-10.

Pelak C.F. (2005). Negotiating gender/race/class constraints in the new South Africa: A case study of women's soccer. *International Review for The Sociology of Sport*, 40(1), 53-70.

Resmi Gazete (2004). 26 Haziran 2004 günü 5187 sayılı Basın Kanunu.

Tel M., Ağkurt E. (2016). Günlük yerel gazetelerde sporun yer alışı (Elazığ ili örneği). *International Journal of Science Culture and Sport*, 4(1), 394-403.

Türkmen M., İmamoğlu O., Ziyagil M.A. (2006). Türkiye'de güreş sporunun popüleritesi ve seçilmiş bazı spor dalları ile karşılaştırılması. *Türk Dünyası Araştırmaları*, 163, 77-94.

Yeşil M.M. (2015). Üniversite öğrencilerinin yerel gazete okuma alışkanlıkları: Konya örneği. *Selçuk İletişim*, 9 (1), 201-222. doi: 10.18094/si.18318.

Yıldız-Ekin M.T. (2005). Spor basınında futbol anlatım dili: manşet ve başlıklar. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(1), 93-106.

Yüksel M., (2014/1). Cinsiyet ve spor. *Tarih Okulu Dergisi*, 7(19), 663-684. <http://dx.doi.org/10.14225/Joh581>.

Yüksel M. (2014/2). Cinsiyet ve eğitim düzeyi eksenlerinde popüler spor branşlarındaki farklılıklar. *Turkish Studies*, 9(5), 2201-2213. DOI: <http://dx.doi.org/10.7827/Turkish Studies.6814>.

Geliş Tarihi (Received): 23.07.2019
Kabul Tarihi (Accepted): 30.10.2019
SPORMETRE, 2019,17(4),190-200
DOI: 10.33689/spormetre.595451

FUTSAL OYUNCULARINDA TEKRARLI SPRINT YETENEĞİ, İZOKİNETİK BACAK KUVVETİ VE ANAEROBİK PERFORMANS ARASINDAKİ İLİŞKİ

M. Gören KÖSE¹, Ali ÖZKAN², Aydan AYTAR³, Sümer ALVURDU⁴, Ayşe KİN-İŞLER¹

¹ Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara, Türkiye

² Bartın Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bartın, Türkiye

³ Başkent Üniversitesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara, Türkiye

⁴ Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara, Türkiye

Öz: Bu çalışmanın amacı, futsal oyuncularının tekrarlı sprint yeteneği (TSY), izokinetik bacak kuvveti (İBK) ve anaerobik performansları (AP) arasındaki ilişkinin belirlenmesidir. Çalışmaya 13 elit erkek futsal oyuncusu (yaş: 24,38±2,46 yıl) gönüllü olarak katılmıştır. Futsal oyuncularının doğrusal tekrarlı sprint yeteneği (D-TSY) ve yön değiştirmeli tekrarlı sprint yeteneği (YD-TSY) sırasıyla 6x25m ve 6x(2x12,5m) tekrarlı sprint testleri ile ölçülmüştür. Oyuncuların 0-12,5m, 12,5-25m ve 0-25m mesafeleri için en iyi sprint zamanı, toplam sprint zamanı ve ortalama sprint zamanları ile performans düşüş yüzdeleri tespit edilmiştir. Futsal oyuncularının İBK, (60°.sn⁻¹, 120°.sn⁻¹ ve 180°.sn⁻¹)'lik hızlarda izokinetik dinamometre ile), AP ise aktif ve squat sıçrama testleri kullanılarak ölçülmüştür. Yapılan Pearson Korelasyon analizi, anaerobik güç ile 120° sağ diz ekstansiyon kuvveti (r=0.598; p<0.05), 120° sağ diz fleksiyon kuvveti (r=0.563; p<0.05), 180° sol diz ekstansiyon kuvveti (r=.647; p<0,05), 180° sağ diz ekstansiyon kuvveti (r=.568; p<0,05) arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Tekrarlı sprint testleri sırasında elde edilen en iyi sprint zamanı, toplam sprint zamanı ve ortalama sprint zamanı ile performans düşüş değerlerine bakıldığında ise, tüm mesafelerde D-TSY ve YD-TSY arasında bir ilişki olmadığı belirlenmiştir (p>0,05). Sonuç olarak, futsal oyuncularının bacak kuvveti değerlerinin anaerobik performanslarında belirleyici bir rol aldığı ancak TSY için etkili olmadığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Tekrarlı sprint yeteneği, izokinetik bacak kuvveti, anaerobik güç, futsal

THE RELATIONSHIP AMONG REPEATED SPRINT ABILITY, ISOKINETIC LEG STRENGTH AND ANAEROBIC PERFORMANCE IN FUTSAL PLAYERS

Abstract: The purpose of the present study was to investigate the relationship between repeated sprint ability, isokinetic knee strength and anaerobic performance in futsal players. 13 male futsal players (age: 24.38± 2.46 years) participated in this study voluntarily. Repeated sprint ability (RSA) with and without change-of direction (COD) were determined by 6x25m and 6x(2x12.5m) repeated sprint test respectively. At the end of repeated sprint tests, best sprint time, total sprint time, mean sprint time and percentage of performance decrement were calculated. Peak isokinetic knee extension and flexion torques at 60°.s⁻¹, 120°.s⁻¹ and 180°.s⁻¹ were determined by isokinetic dynamometer. Counter movement jump test (CMJ) and squat jump (SJ) were used for anaerobic power. The results of Pearson Correlation analysis, CMJ was significantly correlated with 120° right knee extension torque (r=0.598; p<0.05), 120° right knee flexion torque (r=0.563; p<0.05), 180° left knee extension torque (r=.647; p<0.05), and 180° right knee extension torque (r=.568; p<0.05). On the other hand, best time, total time, mean time and percentage of performance decrement of RSA with and without COD were not significantly correlated with any of the measured performance variables (p>0.05). In conclusion, the findings of the present study indicated that leg strength plays important role in anaerobic performance in male futsal players.

Key Words: Repeated sprint ability, isokinetic knee strength, anaerobic power, futsal players.

GİRİŞ

Futsal, 20x40m'lik dar bir alanda sınırsız oyuncu değişikliği ile oynanan aralıklı ve yüksek yoğunluklu fiziksel aktiviteler içeren bir takım sporudur. Futsal topunun daha az seken bir özelliğe sahip olması, futsal oyuncularını topu sürekli oyunda tutarak daha hızlı bir şekilde oynama yeteneğini geliştirmeye zorlamaktadır (Benvenuti ve ark., 2010; Burns, 2003) ve bu durum da oyuncuların hücum ve savunmada baskı altında hızlı karar verme, daha hareketli ve süratli olma ve ani yön değiştirme yeteneği gibi özelliklere sahip olmasını gerektirmektedir (Doğramacı ve ark., 2011).

Hücum ve savunmada gerçekleşen yüksek yoğunluklu aktiviteler her 3,28 saniyede bir gerçekleşmektedir (Doğramacı ve ark., 2011) ve futsal oyuncuları 79 saniyede bir maksimal süratte koşu (sprint) performansı göstermektedirler (Castagna ve ark., 2009). Maç sırasında sprint performansları oyuncular tarafından farklı yönlerde, farklı mesafelerde (10-30m) ve farklı sürelerde (2-4 sn) uygulanmaktadır. Futsal oyuncularının oyunun kritik anlarında başarılı olabilmeleri için 20-30 saniyelik dinlenme aralıkları olan kısa süreli sprintler gerçekleştirmeleri gerekmektedir (Barbero-Alvarez ve ark., 2008). Dolayısıyla futsalda diğer takım sporlarında olduğu gibi, sporcunun belli bir mesafeyi en kısa sürede kat etmesinden çok, bu mesafeyi maksimal süratle birden fazla kez koşması, yani maksimal süratini tekrarlı bir şekilde koruması oldukça önem taşımaktadır (Kin-İşler ve Yılmaz, 2011).

Tekrarlı sprint yeteneği (TSY), takım sporcuları için önemli bir performans bileşeni olarak görülmektedir (Glaister, 2005; Glaister, 2008) ve futsal oyununa özgün bir performans göstergesi olarak da kabul edilmektedir (Castagna ve ark., 2009). Futsal oyunu içerisinde oyuncuların kısa sprintleri tekrarlama yeteneğini ölçmek amacıyla kısa dinlenme aralıklarından oluşan doğrusal ve yön değiştirmeli tekrarlı sprint testleri kullanılmaktadır (Castagna ve ark., 2009; Dittrich ve ark., 2011).

TSY gibi yön değiştirme becerisi de takım sporlarında başarının önemli bir ön koşulu olarak kabul edilmektedir. (Brughelli ve ark., 2008, Castagna ve Alvarez, 2010). Her bir yön değiştirme performansı, patlayıcı gücün ardından frenleme gerektirdiğinden tekrar sayısına bağlı olarak kasın eksantrik-konsantrik kuvvet üretme kapasitesi, bacak kas kuvveti ve dayanıklılığının önemini arttırmaktadır (Brughelli ve ark., 2008). Futsal oyuncularının müsabaka sırasında toplam kat ettikleri mesafeler incelendiğinde maç sırasında kat ettikleri toplam mesafenin 1/4'ünü geriye ve yana doğru hareketlerle gerçekleştirdikleri belirlenmiştir. Ayrıca elit futsal oyuncularının amatörlere göre bu hareketleri hem daha fazla yaptıkları hem de daha fazla mesafe kat ettikleri de belirtilmiştir (Doğramacı ve ark., 2011). Futsal oyunu da tüm takım sporlarına benzer şekilde birçok sprint ve ani frenleme performansı gerektirdiğinden; oyuncularının quadriceps ve hamstring aktivasyonunun son derece önemli bir rol aldığı söylenebilir.

Futsal, yukarıda belirtilen oyun yapısı ile ilgili zamana bağlı hareket analizleri ve fiziksel bileşenler dışında fizyolojik olarak da kısa süreli ve maksimal şiddetli aktiviteler açısından ATP-PC sistemin ve kısa dinlenme aralıkları ile tekrarlanan yoğun fiziksel aktiviteler açısından da laktik asit sistemin maç performansında önemli rol aldığı üst düzey anaerobik performans (AP) gerektiren bir takım sporudur. Ayrıca, futsal müsabaka sırasında çok kısa bir sürede oyuncuların maksimal kalp atım hızının (KAH_{maks}) %85'ine ulaştıklarını ve müsabakaya KAH_{maks} 'ın ortalama %90 ile devam ettiklerini, müsabaka sonunda ise kan laktat değerlerinin $8,5 \text{ mmol.L}^{-1}$ olduğunu göstermektedir (Barbero-Alvarez ve ark., 2008). Bir başka çalışmada ise futsal oyuncularının müsabaka sırasında kat ettikleri toplam mesafenin

%8,9’nu sprint ($> 25,1 \text{ km.s}^{-1}$), %13,6’sını yüksek şiddette koşularla ($18,1-25,0 \text{ km.s}^{-1}$) gerçekleştirdikleri rapor edilmiştir (Castagna ve ark, 2009).

Bu bilgiler ışığında bu çalışmada, futsal oyuncularının doğrusal ve yön değiştirmeli tekrarlı sprint yeteneği, izokinetik bacak kuvveti ve anaerobik performansları arasındaki ilişki incelenmiştir.

YÖNTEM

Çalışma Grubu

Bu çalışmaya, Türkiye Futsal Ligi’ne katılan bir futsal takımında yer alan 13 elit erkek futsal oyuncusu (Yaş: $24,45 \pm 2,69$ yıl, Boy: $168,00 \pm 5,40$ cm, Vücut Ağırlığı: $63,10 \pm 6,25$ kg, Vücut Yağ Yüzdesi: $8,50 \pm 2,14$ %) gönüllü olarak katılmıştır.

Verilerin Toplanması

Boy Ölçümü: Boy uzunluğu $\pm 0,01$ mm hassasiyetinde stadiometre (Seca, Almanya) ile ayaklar çıplak halde, baş frankfort düzleminde ölçüm tablası başın verteksine gelecek şekilde derin bir inspirasyonu takiben başın verteksi ile ayak arasındaki mesafenin ölçülmesi ile yapılmıştır.

Vücut Ağırlığı Ölçümü: Ayaklar çıplak, şort ve tişört giyilmiş olarak hassaslık derecesi $\pm 0,1$ kg olan elektronik baskülle (Seca, Almanya) ölçülmüştür.

Vücut Yağ Yüzdesi Ölçümü: Çalışma grubunun vücut yağ yüzdesi biyoelektrik impedans analizi (Tanita SC 330, Almanya) ile belirlenmiştir. Bunun için katılımcıların kişisel bilgileri analizöre kayıt edildikten sonra çıplak ayakla analizörün tablasında bulunan elektrotlar üzerine basarak hareketsiz durmaları istenmiştir. Vücut yağ yüzdesi analizörün yazıcısından çıktı olarak alınmıştır.

Doğrusal ve Yön Değiştirmeli Tekrarlı Sprint Yeteneği: Çalışma grubunun doğrusal tekrarlı sprint yeteneği (D-TSY), 6x25m tekrarlı sprint testi; yön değiştirmeli tekrarlı sprint yeteneği (YD-TSY) ise, 6x(2x12,5m) 180° yön değiştirmeli tekrarlı sprint testi ile belirlenmiştir (Buchheit ve ark., 2010). Her iki test protokolü için sprintler arasında 25 sn dinlenme süresi verilmiştir.

Testlerde fotosel kapıları başlangıç, 12,5 m ve 25m bitiş noktalarına yerleştirilmiş ve oyuncuların 0-12,5m, 12,5-25m ve 0-25m skor zamanları 0,01 sn hassasiyetinde kaydedilmiştir (Powertimer 300, Newtest Oy, Finlandiya). Testler sonunda aşağıdaki parametreler hesaplanmıştır.

1. En iyi sprint zamanı: Katılımcıların 6 koşusundan en iyi derece dikkate alınmıştır.
2. Ortalama sprint zamanı: Katılımcıların koşu derecelerinin toplamının 6’ya bölünmesi sonucunda elde edilmiştir.
3. Toplam sprint zamanı: 6 tane koşu değerinin toplanması sonucu hesaplanmıştır.
4. Performans düşüş yüzdesi: $[(\text{Toplam süre} \times 100) / (\text{En iyi derece} \times \text{Tekerar sayısı})] - 100$ formülü ile hesaplanmıştır (Wadley ve Rossignol, 1998).

İzokinetik Bacak Kuvveti: Test başlamadan çalışma grubuna 10 dakika alt ekstremite grubuna yönelik ısınma hareketleri ve 5 dakika dinamik germe egzersizleri yaptırılmıştır. Isınma sonrasında bacadan konsantrik fleksör ve ekstansör kas kuvveti ölçümleri izokinetik

dinamometre (Cybex 770, Lumex Inc., Ronkonkoma, New York, USA) aracılığı ile ölçülmüş ve diz fleksiyon- ekstansiyon kas kuvvetleri 60°/sn'de 5 tekrar, 120°/sn'de 10 tekrar, 180°/sn'de ise 20 tekrar hem eksantrik hem de konsantrik olarak uygulanmıştır. Katılımcıların tekrarlar sırasında ürettikleri maksimal güç değeri değerlendirilmeye alınmıştır.

Anaerobik Performans: Çalışma grubunun AP'ları aktif sıçrama ve squat sıçrama testleri ile değerlendirilmiştir. Çalışma grubunun yeterli dinlenme aralıkları ile uyguladıkları 3 tekrar sonrası en iyi sıçrama yükseklikleri kayıt edilmiş ve bu mesafeler üzerinden Lewis formülü [$P = \sqrt{4,9 \times \text{vücut ağırlığı (kg)} \times \sqrt{\text{sıçrama mesafesi (m)}}$] aracılığı ile anaerobik ortalama güç (OG) ve rölatif güç (RG) değerleri hesaplanmıştır.

Verilerin Analizi

Çalışmaya katılan tüm sporculardan toplanan verilere ait ortalama (\bar{X}) ve standart sapma (SS) değerleri hesaplandıktan sonra verilerin normal dağılıp dağılmadığına Shapiro-Wilk testi uygulanarak bakılmıştır. Shapiro-Wilk Testi sonuçlarına göre verilerin normal dağılım gösterdiği belirlendikten sonra, çalışma grubuna ait performans değerleri (D-TSY, YD-TSY, İBK ve AP) arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. İstatistiksel işlemlerde SPSS 16,0 paket programı kullanılmış ve anlamlılık düzeyi 0,05 olarak alınmıştır.

BULGULAR

Çalışma grubuna ait D-TSY ve YD-TSY testlerine ait performans değerleri Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. D-TSY ve YD-TSY değerleri

| Mesafe (m) | N | En iyi sprint zamanı (sn) | | Ortalama sprint zamanı (sn) | | Toplam sprint zamanı (sn) | | Performans düşüş yüzdesi (%) | | |
|------------|--------|---------------------------|------|-----------------------------|------|---------------------------|-------|------------------------------|------|------|
| | | \bar{X} | SS | \bar{X} | SS | \bar{X} | SS | \bar{X} | SS | |
| 0-12,5 | D-TSY | 13 | 1,94 | 0,10 | 2,04 | 0,12 | 12,26 | 0,77 | 5,28 | 2,83 |
| | YD-TSY | 13 | 1,93 | 0,71 | 2,02 | 0,07 | 12,12 | 0,44 | 4,36 | 1,99 |
| 0-25 | D-TSY | 13 | 3,63 | 0,10 | 3,58 | 0,12 | 22,59 | 0,77 | 3,53 | 2,01 |
| | YD-TSY | 13 | 5,24 | 0,13 | 5,39 | 0,15 | 32,35 | 0,94 | 2,89 | 1,28 |

D-TSY= Doğrusal Tekrarlı Sprint Yeteneği, YD-TSY= Yön Değiştirmeli Tekrarlı Sprint Yeteneği

Çalışma grubunun farklı açısal hızlardaki İBK ve AP değerleri sırasıyla Tablo 2 ve Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 2. Farklı açısal hızlardaki İBK değerleri (zirve tork)

| | 60°/sn (Nm) | | | | 120°/sn (Nm) | | | | 180°/sn (Nm) | | | |
|-----|--------------|-------|------------|-------|--------------|-------|------------|-------|--------------|-------|------------|-------|
| | Hamstring | | Quadriceps | | Hamstring | | Quadriceps | | Hamstring | | Quadriceps | |
| | \bar{X} | SS | \bar{X} | SS | \bar{X} | SS | \bar{X} | SS | \bar{X} | SS | \bar{X} | SS |
| Sağ | 139,63 | 30,03 | 226,63 | 21,07 | 116,90 | 21,28 | 171,90 | 21,31 | 92,54 | 20,82 | 135,18 | 18,78 |
| Sol | 136,63 | 29,73 | 215,00 | 20,27 | 115,18 | 21,11 | 174,72 | 26,32 | 96,00 | 20,57 | 140,81 | 17,38 |
| H/Q | 62,11± 13,12 | | | | 68,03± 7,34 | | | | 68,03± 10,30 | | | |
| Sağ | 62,11± 13,12 | | | | 68,03± 7,34 | | | | 68,03± 10,30 | | | |
| H/Q | 62,67± 8,88 | | | | 65,76± 6,17 | | | | 67,77± 9,78 | | | |
| Sol | 62,67± 8,88 | | | | 65,76± 6,17 | | | | 67,77± 9,78 | | | |

H/Q = Hamstring - Quadriceps oranı (%)

Tablo 3. Anaerobik performans değerleri

| | N | Aktif sıçrama | | Squat sıçrama | |
|-----------------------|----|---------------|--------|---------------|--------|
| | | \bar{X} | SS | \bar{X} | SS |
| Mesafe (cm) | 13 | 42,85 | 8,00 | 37,69 | 8,25 |
| Ortalama güç (watt) | 13 | 1030,71 | 127,62 | 961,87 | 113,37 |
| Rölatif güç (watt/kg) | 13 | 14,48 | 1,33 | 13,54 | 1,46 |

Araştırmada yer alan çalışma grubuna ait D-TSY ve YD-TSY ile farklı açısızlı hızlardaki (60°/sn, 120°/sn ve 180°/sn) İBK arasındaki korelasyon analizine ait bulgular Tablo 4’de verilmiştir.

Tablo 4. D-TSY ve YD-TSY ile İBK korelasyon (*r*) değerleri

| | | 60°/sn | | | | 120°/sn | | | | 180°/sn | | | |
|--------|------|-----------|----------|------------|----------|-----------|----------|------------|----------|-----------|----------|------------|--------|
| | | Hamstring | | Quadriceps | | Hamstring | | Quadriceps | | Hamstring | | Quadriceps | |
| | | <i>r</i> | <i>r</i> | <i>r</i> | <i>r</i> | <i>r</i> | <i>r</i> | <i>r</i> | <i>r</i> | <i>r</i> | <i>r</i> | <i>r</i> | |
| 0-25m | | Sağ | Sol | Sağ | Sol | Sağ | Sol | Sağ | Sol | Sağ | Sol | Sağ | Sol |
| | EİSZ | ,068 | -,230 | ,023 | -,303 | -,132 | -,201 | ,066 | ,036 | ,432 | 0,33 | ,013 | -,487 |
| | OSZ | ,183 | -,128 | ,054 | -,333 | -,062 | -,173 | ,064 | ,123 | ,054 | -,115 | ,105 | -,199 |
| | TSZ | ,182 | -,125 | -,054 | -,332 | -,062 | -,158 | -,242 | -,217 | ,044 | -,129 | ,097 | -,179 |
| D-TSY | PDY | -,809# | -,610# | -,166 | -,546 | -,730# | -,566# | -,424 | -,711# | -,706# | -,283 | -,587# | -,418 |
| | EİSZ | ,137 | ,085 | -,490 | -,028 | -,115 | ,003 | -,075 | -,051 | ,015 | -,083 | -,150 | -,083 |
| | OSZ | -,029 | -,041 | -,439 | -,112 | -,265 | -,123 | -,349 | -,131 | -,193 | -,300 | -,327 | -,343 |
| | TSZ | -,030 | -,043 | -,439 | -,113 | -,265 | -,126 | -,349 | -,132 | -,193 | -,302 | -,328 | -,343 |
| YD-TSY | PDY | -,357 | -,278 | -,016 | -,210 | -,390 | -,299 | -,664# | -,212 | -,483 | -,531 | -,464 | -,635# |

EİSZ=En iyi sprint zamanı, OSZ=Ortalama sprint zamanı, TSZ=Toplam sprint zamanı, PDY=Performans düşüş yüzdesi D-TSY=Doğrusal Tekrarlı Sprint Yeteneği, YD-TSY=Yön Değiştirmeli Tekrarlı Sprint Yeteneği, # *p*<0,05

Tablo 4 incelendiğinde, D-TSY performans düşüş yüzdesi ile sağ ve sol bacak 60°/sn fleksiyon kuvveti (sırasıyla *r*=-,809; *r*=-,610), sağ ve sol bacak 120°/sn fleksiyon kuvveti (sırasıyla *r*=-,730; *r*=-,566), sol bacak 120°/sn ekstansiyon kuvveti (*r*=-,711) ve sağ bacak 180°/sn ekstansiyon ve fleksiyon kuvveti (sırasıyla *r*=-,730; *r*=-,566) arasında negatif yönde yüksek bir korelasyon olduğu görülmektedir. Ayrıca, YD-TSY performans düşüş yüzdesi ile sağ bacak 120°/sn ekstansiyon kuvveti (*r*=-,664) ve sol bacak 180°/sn ekstansiyon kuvveti (*r*= -,635) arasında yine negatif yönde yüksek bir korelasyon olduğu görülmektedir. Ancak, D-TSY ve YD-TSY en iyi sprint zamanı, ortalama sprint zamanı ve toplam sprint zamanı ile farklı açısızlı hızlardaki İBK değerleri arasında herhangi bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir.

Araştırmada yer alan çalışma grubuna ait D-TSY ve YD-TSY ile AP arasındaki korelasyon analizine ait bulgular Tablo 5’de verilmiştir.

Tablo 5. D-TSY ve YD-TSY ile AP korelasyon (*r*) değerleri

| 0-25m | | Aktif sıçrama | | Squat sıçrama | |
|--------|--------------------------|---------------|-------------|---------------|-------------|
| | | Ortalama güç | | Ortalama güç | |
| | | <i>r</i> | Rölatif güç | <i>r</i> | Rölatif güç |
| D-TSY | En iyi sprint zamanı | -,187 | -,221 | -,032 | -,012 |
| | Ortalama sprint zamanı | ,002 | -,287 | ,007 | -,242 |
| | Toplam sprint zamanı | 001 | -,270 | ,010 | -,224 |
| | Performans düşüş yüzdesi | ,293 | -,113 | -,085 | -,339 |
| YD-TSY | En iyi sprint zamanı | -,448 | -,248 | -,465 | -,214 |
| | Ortalama sprint zamanı | -,342 | -,144 | -,398 | -,180 |
| | Toplam sprint zamanı | -,340 | -,138 | -,396 | -,174 |
| | Performans düşüş yüzdesi | ,216 | ,230 | ,134 | ,083 |

D-TSY= Doğrusal Tekrarlı Sprint Yeteneği, YD-TSY= Yön Değiştirmeli Tekrarlı Sprint Yeteneği

Tablo 5 incelendiğinde, D-TSY ve YD-TSY ile anaerobik ortalama ve rölatif güç değerleri (aktif ve squat sıçrama) arasında herhangi bir anlamlı ilişki olmadığı görülmektedir.

Araştırmada yer alan çalışma grubuna ait farklı açısız hızlardaki (60°/sn, 120°/sn ve 180°/sn) İBK ile AP arasındaki korelasyon analizine ait bulgular Tablo 6’da verilmiştir.

Tablo 6. İBK ile AP korelasyon (*r*) değerleri

| | | 60°/sn | | 120°/sn | | 180°/sn | | | | | | | |
|---------------|--------------|-----------|-------------|-----------|-------------|-----------|-------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | | Hamstring | | Hamstring | | Hamstring | | | | | | | |
| | | <i>r</i> | Quadriiceps | <i>r</i> | Quadriiceps | <i>r</i> | Quadriiceps | | | | | | |
| Aktif Sıçrama | Ortalama güç | ,425 | ,316 | ,342 | ,179 | ,563# | ,453 | ,598# | ,389 | ,515 | ,516 | ,568# | ,647# |
| | Rölatif güç | ,086 | -,020 | ,109 | -,253 | ,207 | ,113 | ,302 | ,054 | ,106 | ,273 | ,215 | ,347 |
| Squat Sıçrama | Ortalama güç | ,208 | ,053 | ,068 | ,331 | ,148 | ,414 | ,148 | -,051 | ,289 | ,321 | ,320 | ,527 |
| | Rölatif güç | -,186 | -,325 | -,232 | -,540 | -,105 | -,267 | ,028 | -,238 | -,182 | -,062 | -,129 | ,132 |

p<0,05

Tablo 6 incelendiğinde, aktif sıçrama ortalama güç ile 120°/sn sağ bacak fleksiyon kuvveti (*r*=-,563) ve 120°/sn sağ bacak ekstansiyon kuvveti (*r*= -,598) ve sağ-sol bacak 180°/sn ekstansiyon kuvveti (sırasıyla *r*=-,568; *r*=-,647) arasında pozitif yönde yüksek bir korelasyon olduğu görülmektedir. Ancak, aktif sıçrama rölatif güç ve squat sıçrama ortalama ve rölatif güç ile farklı açısız hızlardaki İBK değerleri arasında herhangi bir ilişki tespit edilmemiştir.

TARTIŞMA

Bu çalışmada, futsal oyunlarının D-TSY ve YD-TSY, farklı açısız hızlardaki (60°/sn, 120°/sn ve 180°/sn) sağ ve sol İBK ile AP’ları ve bu parametrelerin birbiriyle arasındaki ilişkiler incelenmeye çalışılmıştır. Daha önce futsal oyuncuları üzerinde yapılmış bu kapsamda bir çalışmaya henüz rastlanmamıştır. Ancak birçok takım sporunda TSY, İBK ve AP parametreleri arasındaki ilişkiler farklı test ve ölçüm protokolleri ile sınırlanmıştır.

Tekrarlı Sprint Yeteneği ile İzokinetik Bacak Kuvveti

Yapılan araştırmada, D-TSY performans düşüş yüzdesi ile sağ ve sol bacak 60°/sn İBK (fleksiyon), sağ ve sol bacak 120°/sn İBK (fleksiyon), sol bacak 120°/sn İBK (ekstansiyon) ve sağ bacak 180°/sn İBK (fleksiyon ve ekstansiyon) arasında negatif yönde yüksek korelasyon olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, YD-TSY performans düşüş yüzdesi ile sağ bacak 120°/sn İBK (ekstansiyon) ve sol bacak 180°/sn İBK (ekstansiyon) arasında yine negatif yönde yüksek korelasyon olduğu tespit edilmiştir.

Bacak kuvvetinin yön değiştirme performansının önemli bir parçası olduğu düşünülmektedir (Young ve ark., 2002), ancak çalışmalar maksimum bacak kuvveti ve yön değiştirme performansı arasında anlamlı bir ilişki bulamamıştır (Kapidziv, ve ark., 2011; Markovic, 2007; Markovic ve ark., 2007; Young ve ark., 2002). Young ve ark. (2002) konsantrik İBK ile sprint hızı arasındaki ilişkiyi yön değişiklikleriyle incelemiş ve konsantrik İBK ile yön değiştirmeli sprint arasında çoğunlukla düşük korelasyonlar bulmuştur. Futbolcular üzerinde yapılan bir çalışmada (Newman ve ark.,2004) ise, D-TSY ile farklı açısız hızlardaki (60°/sn, 150°/sn ve 240°/sn) İBK zirve güç değerleri arasında yüksek korelasyon olduğu tespit edilmiştir.

Literatürdeki benzer sınırlı sayıdaki çalışmalar değerlendirildiğinde; İBK veya maksimum bacak kuvveti ile yön değiştirme yeteneği arasındaki ilişkinin çoğunlukla zayıf korelasyon gösterdiği; ancak, sprint performanslarının tekrarlı olması durumunda performans düşüş yüzdesi ile bacak kuvvetinin yüksek korelasyon değerlerine sahip olduğu belirlenmiştir.

Tekrarlı Sprint Yeteneği ile Anaerobik Performans

Yapılan araştırmada, D-TSY ve YD-TSY ile AP (aktif ve squat sıçrama) ortalama ve rölatif güç değerleri arasında herhangi bir anlamlı ilişki olmadığı tespit edilmiştir.

Araştırma bulgularına paralel olarak, basketbol oyuncularında D-TSY performansı sırasında yorgunluk arttıkça patlayıcı güç kaybı (aktif sıçrama) olduğu tespit edilmiştir ve tekrarlayan sprintlerdeki yorgunluğun aktif sıçrama ile yakından ilişkili olduğu belirtilmiştir (Balsalobre-Fernández ve ark., 2014).

Diğer taraftan, farklı yaş kategorilerindeki (U11-U18) genç futbolcular üzerinde yapılan bir çalışmada (Spencer ve ark., 2011), aktif sıçrama performansı ile D-TSY arasında orta ile yüksek düzey aralığında değişkenlik gösteren bir korelasyon olduğu tespit edilmiştir. Basketbol oyuncuları üzerinde yapılan bir çalışmada (Stojanovic ve ark., 2012) ise, AP (aktif sıçrama) ile D-TSY arasında negatif yönde yüksek bir korelasyon bulunmuştur. Bu sonuçlar araştırma sonuçları ile farklılık göstermektedir.

Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde futsal oyuncuları üzerinde daha önce yapılmış benzer bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak, AP ile TSY arasındaki ilişki aktif/squat sıçrama mesafeleri üzerinden daha çok basketbol branşı üzerinde sınanmıştır. Buradan hareketle futbol ve futsal gibi takım sporlarında AP'ın değerlendirilmesinde Wingate ve/veya anaerobik maksimal hızdaki tekrarlı koşu testlerinin (RAST vb. gibi) kullanılmasının daha doğru bir yaklaşım olacağı söylenebilir.

İzokinetik Bacak Kuvveti ile Anaerobik Performans

Yapılan araştırmada, aktif sıçrama ortalama güç ile sağ bacak 120°/sn İBK (ekstansiyon), sağ bacak 120°/sn İBK (ekstansiyon) ve sağ-sol bacak 180°/sn İBK (ekstansiyon) arasında pozitif yönde yüksek bir korelasyon olduğu görülmektedir. Ancak, aktif ve squat sıçrama rölatif güç değerleri ile squat sıçrama ortalama rölatif güç değerleri farklı açısızlızlardaki İBK arasında herhangi bir ilişki tespit edilmemiştir.

Literatür incelendiğinde, sporcuların AP ölçüm ve değerlendirilmesinde çoğunlukla aktif sıçrama, squat sıçrama ve 30 sn Wingate test protokollerinin kullanıldığı görülmektedir. Araştırma sonuçlarına paralel olarak; Arslan (2005) farklı fiziksel uygunluk düzeylerindeki genç kadın ve erkek bireyler üzerindeki çalışmasında, patlayıcı bacak kuvveti ile AP (Wingate) arasında anlamlı bir ilişki tespit etmiştir. Kin-İşler ve ark. (2008) Amerikan futbol oyuncularını üzerinde yapmış olduğu çalışmada, tüm açısızlızlarda (60°/sn, 150°/sn ve 240°/sn) gerçekleşen İBK (ekstansiyon) zirve güç değerleri ile AP (Wingate) arasında anlamlı ilişkiler olduğunu ancak, İBK (fleksiyon)'nun ise sadece 240°/sn açısızlızlarda hız ile ilişkili olduğunu belirlemiştir. Özkan ve Kin-İşler (2010) yapmış oldukları çalışmada, farklı branşdaki (basketbol, voleybol ve futbol) sporcularını değerlendirilmişler ve futbolcuların diğer sporculara göre sadece İBK H/Q oranının AP (Wingate) üzerinde önemli bir rol oynadığını tespit etmiştir. Alemdaroğlu (2012), basketbol oyuncularının performanslarını değerlendirdiği çalışmasında, 60°/sn ve 180°/sn açısızlızlarda İBK (ekstansiyon) zirve güç değerleri ile AP (aktif ve squat sıçrama) arasında orta düzeyde pozitif korelasyon olduğunu bildirmiştir.

Bu çalışmaların aksine, İBK'nin AP (Wingate) değerleri için tanımlayıcı bir değişken olamayacağı belirten çalışmalar da bulunmaktadır (De SteCroix ve ark., 2000). Genel olarak farklı sürelerde, farklı mesafelerde ve farklı dinlenme aralıklarıyla uygulanan D-TSY ve YD-TSY test protokollerine ait sonuçları değerlendirirken, uygulayıcıların farklı enerjetik etkilere maruz kalabileceği ve bu etkilerin yaş, kas yapısı, spor dalı gibi değişkenlerden etkilenebileceğinin göz önünde bulundurulması gerekmektedir.

Genel izlenim AP çıktılarını yüksek olan sporcuların Tip IIB kas lif yüzdesi ve kas hacimlerinin yüksek olduğu ve daha geniş kesit alanına sahip oldukları da belirlenmiştir (Shephard ve ark., 1988; Staron ve ark., 2000). AP'ı etkileyen faktörler arasında las lifi tipinin dışında üretilen kas kuvvetinin de önemli olduğu kabul edilmektedir. Özellikle sporcuların sprint performansında, diz ekstansörlerinin oluşturduğu ani kas kasılmalarının çok önemli olduğu tespit edilmiştir (Mann, 1981; Mero, 1988; Young, ve ark., 1995). Dowson ve ark. (1998), bu sonuca paralel olarak, sprint performansı sırasında üretilebilecek kuvvetin miktarını ile dinamik kas hareketi sırasında meydana getirilen kuvvet büyüklüğünün birbiri ile ilişkili olduğunu belirtmişlerdir.

Yapılan araştırmalar, diz kuvvetinin sprint performansı sırasında önemli bir unsur olduğunu göstermiştir (Dowson ve ark., 1998; Mann, 1981; Mero, 1988). Kas kasılmasındaki kuvvet, kasın kasılma öncesi boyuna ve hızına bağlıdır. Kas kasılma boyu kasılma öncesinden %20 daha uzun ise yüksek bir kuvvet elde edilmektedir. Kasılmanın hızı ve yük arasında ters orantı vardır. Tekrar eden kas kuvveti ölçümünde, uygulanan yük artıkça kasılma hızı ve oluşan kas kuvveti azalmaktadır ve bunun sonucu olarak da maksimum güç çıktıları etkilenmektedir. Bununla beraber uyuluk çevresinin genişliği ve bu bölgeyi oluşturan kasların (Quadriseps, hamstring, vb.) kas kütlesi ve kas liflerinin fazla oluşuna bağlı olarak kasta oluşturulan

kuvvetin daha yüksek olduğunu, bunun da yine maksimum gücü etkilediği söylenebilir (Armstrong, ve ark., 2001; Bouchard ve ark., 1991; De Ste Croix ve ark., 2000).

Futbolda birçok hareket, izokinetik test araçlarının sağladığı en yüksek hızdan daha yüksek açısız hızlarda gerçekleşmektedir. Ayrıca, diz ekstansör kaslarının kuvveti ile vuruş esnasında bacağının yüksek hızla hareketi gerçekleştirilmesi arasında herhangi bir ilişki bulunmamıştır (Aşçı, 2009). Dolayısıyla da topla en son temasta bulunan kuvvet diz ekstansörlerinin kuvvet düzeyi tarafından belirlenmemektedir (Aşçı, 2009). Bu durum aslında vuruş esnasındaki kas gruplarının koordinasyonuna (agonist/antagonist) bağlı beceriden kaynaklanmaktadır (Aşçı, 2009) ve futsal gibi yüksek hızda gerçekleşen spor branşlarında, sporcunun maksimal kuvvet düzeyinden daha çok kas kuvvet oranının daha önemli olabileceği söylenebilir.

Bu sonuçlar, İBK ve AP arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarla da benzerlik göstermektedir. Örneğin, rugby oyuncularında yapılan bir çalışmada (Baker ve Nance, 1999) kuvvet ve güç değerleri arasındaki ilişkinin pozitif yönde olduğu tespit edilmiştir. Benzer şekilde orta mesafe kadın koşucular üzerinde yapılan bir çalışmada (Thorland ve ark., 1987), sprint, İBK ve AP arasındaki ilişki incelenmiş ve İBK ile AP arasında yüksek bir ilişki bulunmuştur. Yine, 15 sedanter erkek üzerinde yapılan bir başka çalışmada (Beyaz, 1997) İBK ile AP değerleri arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur.

Yapılan çalışmalarda İBK’de yüksek açısız hızlarda özellikle de değişik hızların ard arda seçildiği test protokollerinde yorgunluk faktörü nedeniyle performansın tam olarak gerçekleştirilemediği gözlemlenmiştir.

Yapılan bu çalışma da kuvvet performansı ile diğer açısız hızlardaki İBK değerleri arasında ilişki çıkmamasının bir sebebi de 180°/sn gibi yüksek hıza gelindiğinde futsal oyuncularının kas kuvvetlerinin belirgin olarak azalması ve dolayısıyla kassal dayanıklılık düzeylerinin düşük olduğunu düşündürmektedir.

Sonuç olarak, futsal oyuncularında İBK’nin hem AP için önemli bir belirleyici olarak rol aldığı hem de TSY performans düşüş yüzdesi açısından göz önünde bulundurulması gereken bir parametre olduğu fakat TSY ile AP veya patlayıcı güç arasındaki ilişkiyi daha net açıklayabilmek için daha fazla çalışmaya ihtiyaç olduğu söylenebilir.

KAYNAKLAR

Arslan, C. (2005). Relationship between the 30-second Wingate test and characteristics of isometric and explosive leg strength in young subjects. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 19(3), 658.

Armstrong, N., Welsman, J.R., Chia, M.Y.H. (2001). Short term power output in relation to growth and maturation. *British Journal of Sports Medicine*, 35(2), 118-124.

Aşçı, A. (2009). Futbolcularda kuvvet performansının değerlendirilmesi. *III. Ulusal Futbol ve Bilim Kongre Kitabı*, 9-11.

Baker, D., Nance, S. (1999). The relation between strength and power in professional rugby league players. *The Journal of Strength and Conditioning Research*, 13(3), 224-229.

Beyaz, M. (1997). İzokinetik tork değerleri ve wingate test ile anaerobik gücün değerlendirilmesi. *Tıpta Uzmanlık Tezi, İstanbul: İstanbul Üniversitesi Tıp Fakültesi Spor Fizyolojisi Araştırma ve Uygulama Merkezi*.

- Bouchard, C., Taylor, A.W., Simaneau, J., Dulac, S. (1991). Testing anaerobic power and capacity, "Physiological testing of the high performance athlete" (Ed L. MacDouall, H.A. Wenger, H. Gren)'de, *Human Kinetics Books, Champaign, IL*. s. 175-221.
- Balsalobre-Fernández, C., Tejero-González, C. M., del Campo-Vecino, J., Bachero-Mena, B., Sánchez-Martínez, J. (2014). Relationships among repeated sprint ability, vertical jump performance and upper-body strength in professional basketball players. *Archivos de Medicina del Deporte*, 31(161), 148-53.
- Barbero-Alvarez, J.C., Soto, V.M., Barbero-Alvarez, V., Granda-Vera, J. (2008). Match analysis and heart rate of futsal players during competition. *Journal of Sports Sciences*, 26(1), 63-73.
- Benvenuti, C., Minganti, C., Condello, G., Capranica, L., Tessitore, A. (2010). Agility assessment in female futsal and soccer players. *Medicina*, 46(6), 415.
- Brughelli, M., Cronin, J., Levin, G., Chaouachi, A. (2008). Understanding change of direction ability in sport. *Sports medicine*, 38(12), 1045-1063.
- Burns, T. (2003). *Holistic futsal: a total mind-body-spirit approach*. Lulu Press.
- Castagna, C., Alvarez, J.C.B. (2010). Physiological demands of an intermittent futsal-oriented high intensity test. *The Journal of Strength and Conditioning Research*, 24(9), 2322-2329.
- Castagna, C., D'Ottavio, S., Vera, J.G., Álvarez, J.C.B. (2009). Match demands of professional Futsal: a case study. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 12(4), 490-494.
- De SteCroix, M.B.A., Armstrong, N., Chia, M.Y.H., Welsman, J. R., Parsons, G., Sharpe, P. (2001). Changes in short-term power output in 10-to 12-year-olds. *Journal of Sports Sciences*, 19(2), 141-148.
- Dittrich, N., da Silva, J. F., Castagna, C., de Lucas, R. D., Guglielmo, L.G.A. (2011). Validity of Carminatti's test to determine physiological indices of aerobic power and capacity in soccer and futsal players. *The Journal of Strength and Conditioning Research*, 25(11), 3099-3106.
- Doğramacı, S.N., Watsford, M.L., Murphy, A.J. (2011). Time-motion analysis of international and national level futsal. *The Journal of Strength and Conditioning Research*, 25(3), 646-651.
- Dowsan, M.N., Nevill, M.E., Lakomy, H.K., Hazeldine, R.J. (1998). Modelling the relationship between isokinetic muscle strength and sprint running performance. *Journal of Sports Sciences*. 16, 257-265.
- Gorostiaga, E.M., Llodio, I., Ibáñez, J., Granados, C., Navarro, I., Ruesta, M., Bonnabau, H., Izquierdo, M. (2009). Differences in physical fitness among indoor and outdoor elite male soccer players. *European Journal of Applied Physiology*, 106(4), 483-491.
- Glaister, M. (2005). Multiple sprint work. *Sports medicine*, 35(9), 757-777.
- Glaister, M. (2008). Multiple-sprint work: methodological, physiological, and experimental issues. *International journal of sports physiology and performance*, 3(1), 107-112.
- Kapidzic, A., Pojskic, H., Muratovic, M., Uzicanin, E., Bilalic, J. (2011). Correlation of tests for evaluating explosive strength and agility of football players. *Sport SPA*, 8(2), 29-34.
- Kin-İşler, A., Yılmaz, A. (2011). Çocuklarda cinsel olgunlaşmanın tekrarlı sprint yeteneğine etkisi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 22(1), 25-31.
- Markovic, G. (2007). Poor relationship between strength and power qualities and agility performance. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 47(3), 276.
- Markovic, G., Sekulic, D., Markovic, M. (2007). Is agility related to strength qualities?-Analysis in latent space. *Collegium Antropologicum*, 31(3), 787-793.

- Mann, R. V. (1981). A kinetic analysis of sprinting. *Medicine Science Sports Exercise*, 13: 325-328.
- Masuda, K., Kikuhara, N., Takahashi, H., Yamanaka, K. (2003). The relationship between muscle cross-sectional area and strength in various isokinetic movements among soccer players. *Journal of Sports Sciences*, 21(10), 851-858.
- Mero, A. (1988). Force-Time Characteristic And Running Velocity of Male Sprinters During The Acceleration phase of sprinting. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 15: 59-94.
- Newman, M.A., Tarpenning, K.M., Marino, F.E. (2004). Relationships between isokinetic knee strength, single-sprint performance, and repeated-sprint ability in football players. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 18(4), 867-872.
- Özkan, A., Kin-İşler, A. (2010). Sporcularda Bacak Hacmi, Kütlesi, Hamstring/Quadriceps Oranı İle Anaerobik Performans ve İzokinetik Bacak Kuvveti Arasındaki İlişki. *Spor Bilimleri Dergisi*, 21(3), 90-102.
- Shephard, R.J., Bouchlel, E., Vandewalle, H., Monod, H. (1988). Muscle mass as a factor limiting physical work. *Journal of Applied Physiology*, 64(4): 1472-1479.
- Spencer, M., Pyne, D., Santisteban, J., Mujika, I. (2011). Fitness determinants of repeated-sprint ability in highly trained youth football players. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 6(4), 497-508.
- Staron, R.S., Hagerman, F.C., Hikida, R.S., Murray, T.F., Hostler, D. P., Crill, M. T., Ragg, K.E., Toma, K. (2000). Fiber Type composition of the vastus lateralis muscle of young men and women. *The Journal of Histochemistry and Cytochemistry*, 48(5): 623-629.
- Stojanovic, M. D., Ostojic, S. M., Calleja-González, J., Milosevic, Z., Mikic, M. (2012). Correlation between explosive strength, aerobic power and repeated sprint ability in elite basketball players. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 52(4), 375.
- Thorland, W.G., Johnson, G.O., Cisar, C.J., Housh, T.J., Tharp, G.D. (1987). Strength and anaerobic responses of elite young female sprint and distance runners. *Medicine and Science in Sport and Exercise*, 19(1): 56-61.
- Young, W., Mclean, B., Ardagna, J. (1995). Relationship between strength qualities and sprinting performance. *Journal of sports medicine and physical fitness*, 35(1), 13-19.
- Young, W.B., James, R., Montgomery, I. (2002). Is muscle power related to running speed with changes of direction?. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 42(3), 282-288.
- Wadley, G., Le Rossignol, P. (1998). The relationship between repeated sprint ability and the aerobic and anaerobic energy systems. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 1(2), 100-110

Geliş Tarihi (Received): 07.08.2019
 Kabul Tarihi (Accepted): 22.11.2019
 SPORMETRE, 2019,17(4),201-210
 DOI: 10.33689/spormetre.603310

THE COMPETITION STRATEGY IN HIGH JUMP AND POLE VAULT: HOW MANY TRIALS?

Işık BAYRAKTAR¹

¹Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Alanya

Abstract: The pole vault and high jump are events named vertical jumps within track and fields. The aim of the vertical jump events is that the athlete runs on the approach way with proper speed, then jumps upwards and passes over the bar where height is previously determined by the athlete, without dropping the bar to the ground. In the vertical jump events, the competition variables which the starting height, the final height, the difference between the starting and final height, the total number of attempting, the amount of valid and invalid jumps were examined measured within the scope of competition tactics. The aim of this study is to show coaches and athletes how to plan the competition variables in order to achieve the aimed performance by putting forth their competition strategy features. In addition, the study is going to determine the similarities and differences between podium athletes and other finalist athletes through the example of European championship finals where elite athletes compete. The research group consisted of 223 high jumpers (male: 105, female: 118) and 216 pole vaulters (male: 109, female: 107) competing in the European Championships (6 indoor and 5 outdoor) between 2009 and 2019. Statistical comparison of the podium athletes and remaining finalist athletes' groups was carried out using Independent Samples t-Test. Pearson correlation coefficients (r) were used to express the relationships between parameters. Linear regression analysis was used to find coefficients of determination (r²) for the relationships. Significant differences were found in podium athletes in terms of initial height, final height, difference between them, total number of trials and number of successful trials in both events and both genders. Male and female athletes who have won medals in both high jump and pole vaults have performed a total of 4-8 trials. The difference between the initial height and the final height was 12 ± 4 cm in male high jump podium athletes and 14 ± 3 cm in female high jump athletes; It was found that the male pole vaulters were 34 ± 12 cm and the mean 29 ± 8 cm in females. It is clear that the average of the total number of trials in both events and genders has declined significantly in the last 10 years. The total number of trials was found to be higher in high performing athletes. As a result, it was seen that the medallist athletes had higher initial heights than the other finalists, they reached the final heights with more differences after the initial heights, and the total number of trials and successful trials were higher. In the light of these data, it is recommended that the performance components that are examined and found to be important in this study for vertical jumps be examined in detail by the coaches, and that a strategy for competition management is developed according to the current situation of the athletes.

Key Words: High Jump, Pole Vault, Attempt, Podium, Athlete

YÜKSEK ATLAMA VE SIRIKLA ATLAMADA YARIŞMA STRATEJİSİ: KAÇ DENEME?

Öz: Yüksek atlama ve sırıkla atlama branşları atletizm içinde dikey atlamalar olarak adlandırılır. Dikey atlama branşlarında amaç, sporcunun yaklaşma koşu yolunda uygun hızda koşması, daha sonra yukarı doğru sıçraması ve yüksekliği sporcu tarafından önceden belirlenen çitayı yere düşürmeden geçmektir. Dikey atlamalarda yarışma başlangıç yüksekliği, final yüksekliği, başlama ve final yüksekliği arasındaki fark, toplam deneme sayısı, başarılı ve hatalı deneme sayısı yarışma değişkenleri yarışma taktik anlayışları kapsamında incelenir. Bu araştırmanın da amacı, dikey atlama branşlarında elit sporcuların yarışma yönetim özelliklerini ortaya koyarak hedeflenen performansa ulaşmak için yarışma değişkenlerinin planlanmasında antrenör ve sporculara yol göstermektir. Ayrıca elit sporcuların yarıştığı Avrupa şampiyonaları finalleri örneği üzerinden podyum sporcuları ile diğer finalist sporcular arasındaki benzerlik ve farklılıkları belirlemektir. Araştırma grubunu 2009 ve 2019 yılları arasında Avrupa Şampiyonaları'nda (6 salon and 5 açık saha) final yarışan 223 yüksek atlama sporcusu (erkek:105, kadın:118) ile 216 sırıkla atlama sporcusu (erkek:109, kadın:107) oluşturmuştur. Podyum sporcularının ve diğer finalist sporcu gruplarının istatistiksel karşılaştırması bağımsız örneklem t-Testi kullanılarak yapıldı. Parametreler arasındaki ilişkileri ifade etmek için pearson korelasyon (r) testi yapılmıştır. Tespit edilen ilişkileri açıklamak için de lineer regresyon analizi (r²) kullanılmıştır. Her iki branşta ve her iki cinsiyette de başlangıç yüksekliği, final yüksekliği, bunlar arasındaki fark, toplam deneme sayısı ve başarılı deneme sayıları yönünden podyum sporcuları yönünde anlamlı farklar tespit edilmiştir. Hem yüksek atlama hem de sırıkla atlama branşlarında madalya alan

erkek ve kadın sporcuların 4-8 arasında toplam deneme gerçekleştirdikleri görülmüştür. Başlangıç yüksekliği ile final yüksekliği arasındaki farkın, erkek yüksek atlama podyum sporcularında 12 ± 4 cm, kadın yüksek atlama sporcularında ise ortalama 14 ± 3 cm; erkek sırtıkçılarda 34 ± 12 cm, kadınlarda ise ortalama 29 ± 8 cm olduğu hesaplanmıştır. Her iki branşta ve cinsiyette toplam deneme sayıları ortalamalarının son 10 yılda belirgin bir şekilde düşmüş olduğu açıkça görülmektedir. Toplam deneme sayısının, yüksek performans sergileyen sporcularda daha fazla değerlerde olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak, madalya alan sporcuların diğer finalistlerden daha yüksek başlangıç yükseklikleri olduğu, başlangıç yüksekliklerinden sonra daha fazla fark ile final yüksekliklerine eriştikleri, toplam deneme ve başarılı deneme sayılarının daha fazla olduğu görülmüştür. Bu veriler ışığında dikey atlamalar için bu çalışmada incelenen ve önemli olduğu tespit edilen performans bileşenlerinin antrenörler tarafından detaylı incelenmesi, sporcularının mevcut durumuna göre müsabaka yönetiminde strateji geliştirilmesi önerilir.

Anahtar Kelimeler: Yüksek Atlama, Sırıkla Atlama, Deneme, Podyum, Atlet

INTRODUCTION

As it is well known, athletics is divided into track events and field events. Jumping events take place within field events like throwing events. Jumps also compose horizontal and vertical jumping events. Pole vault and high jump events belong to vertical jumps. The aim of the vertical jumps that athletes run on the approach way as proper speed then jump upwards, and to pass over the bar where height is previously determined by the athlete, without dropping the bar to the ground. The main difference between the events that any auxiliary equipment is not used in the high jump by the athlete. In contrast, the athlete jumps with the pole as an assisting equipment in the pole vault to pass over the bar.

All athletes have three attempts per height during the competition. The athletes who are clear the bar any height can continue next height. The heights of attempts are selected by athletes, which according to announcement by the technical delegate of the competition. The athlete may continue to jump until he/she has lost his/her right to compete after all other athletes have failed. The athletes should begin the trial between 30 second and 2 minutes for the high jump competition depending on the number of athletes. To the pole vault, time allowed for the trial between 1 minute and 3 minutes. Furthermore, at the end of the competition, the athletes are ranked according to the height at which they were last successful. In case of equality between the athletes, the procedure is applied according to the lowest total of failures. The all detailed rules of all athletics events are determined and administered by the International Association of Athletics Federations (IAAF, 2017).

Apart from the level and technical capacity of the athlete's bio-motor abilities in vertical jumps, tactical approaches to be determined during the competition are also an effective performance component in many competitions. Tactical decisions are often determined by the competition ranking, the colour of the medal, the winner and the loser. For instance, the starting height of the competition, total number of attempts, number of failures, number of successful attempts. At this point, the coach will have to predict the target performance level before the competition and determine the starting height of the competition. The difference between the starting height and the target competition height should be planned by how many trials, by trying which intermediate heights. In other words, competition management, competition strategy should be determined.

There are few studies examining different dimensions of competition variables in high and pole vaults (Böheim and Lackner, 2013; Ladany, 1975; Theodorou and Skordilis, 2009; Theodorou et al. 2009b, 2009a, 2010). In these studies, competition variables such as starting height, final

height, the difference between starting and final height, total number of trials, number of successful and unsuccessful trials were examined.

Ladany (1975) argues that determining the optimal starting height in pole vaults is also the determinant of the maximal height targeted in the competition. Theodorou and Skordilis (2009) examined the high jump competitions in 2008 (European Cup) and 2009 (European Team CH) competitions in terms of competition variables.

In the studies examining the competition variables in the pole vault and high jump events in the Olympic Games (OG), World (WCH) and European Championships (EACH) between 2000 and 2009 (Theodorou et al., 2009a, 2009b), the number of mean trials for male athletes was seven attempts, eight attempts for female athletes. (both high jump and pole vault is the same). On the other hand, Böheim and Lackner (2013) have examined competition strategies according to gender by the competition variables in the high jump and pole vault events. They have concluded that men use more risky competition strategies.

As can be seen, the issue of competition management, which includes competition strategies in vertical jumps, questioned by scientists interested in athletics, albeit to a limited number, remains an important factor affecting success. Nevertheless, there is no study comparing the athletes who won medals in vertical jumps and other athletes in terms of the variables that determine the competition strategies.

The aim of this research is to show the management characteristics of the elite athletes in vertical jump events and to guide the coaches and athletes in the planning of the competition variables such as determining the initial height to reach the targeted performance and total number of trials. It also shows the similarities and differences between podium athletes and other finalist athletes through the example of European championship finals where elite athletes compete.

METHOD

The research group consisted of 223 high jumpers (male: 105, female: 118) and 216 pole vaulters (male: 109, female: 107) competing in the European Championships (6 indoor and 5 outdoor) between 2009 and 2019. The demographic information of the athletes was obtained from different athletes' databases (European Athletics, 2019a; IAAF, 2019; Tilastopaja, 2019). Competition results are taken from the high jump and pole vault competition technical sheets of the relevant championships in the European Athletics official competition webpage (European Athletics, 2019b).

The age, height, body weight, body mass index (BMI) of the athlete as of the date of the competition, the starting height, the last height at which he successfully jumped (final height), the difference between the starting height and the final height, total number of trials, number of failures and the number of successful trials were determined as competition variables. The unsuccessful attempts after the best performance in the competition were not examined among the competition variables.

General characteristics of the participants were presented as means and standard deviations (\pm SD). Statistical comparison of the podium athletes and remaining finalist athletes' groups was carried out using Independent Samples t-Test. Pearson correlation coefficients (r) were used to express the relationships between parameters. Interpretation of correlation coefficients

was as follows: $r \leq 0.49$ weak relationship; $0.50 \leq r \leq 0.74$ moderate relationship; and $r \geq 0.75$ strong relationship (Portney and Watkins, 2015). Linear regression analysis was used to find coefficients of determination (r^2) for the relationships. For the statistical procedure, IBM-SPSS 20.0 software was applied and statistical significance was set at $p < 0.05$.

RESULTS

The similarities and differences between the high jump podium athletes and other finalists are given in Table 1 and Table 2.

Table 1. Comparison of male high jump podium athletes (n = 34) and other finalists (71) in terms of age, anthropometric characteristics and competition variables

| Variables | Podium / Remaining | min. | max. | Mean | SD | p |
|--------------------------|--------------------|------|------|------|------|-------|
| Age (year) | Podium | 20,5 | 34,0 | 26,2 | 2,9 | 0,44 |
| | Remaining | 17,9 | 38,0 | 25,6 | 3,9 | |
| Body Height (m) | Podium | 1,83 | 2,02 | 1,93 | 0,04 | 0,51 |
| | Remaining | 1,73 | 2,02 | 1,93 | 0,05 | |
| Body Weight (kg) | Podium | 65,0 | 87,0 | 78,8 | 5,9 | 0,03* |
| | Remaining | 60,0 | 87,0 | 76,2 | 5,4 | |
| BMI (Kg/m ²) | Podium | 17,3 | 23,6 | 21,2 | 1,7 | 0,01* |
| | Remaining | 17,3 | 23,6 | 20,4 | 1,3 | |
| Starting height (m) | Podium | 2,15 | 2,30 | 2,19 | 0,03 | 0,02* |
| | Remaining | 2,15 | 2,21 | 2,18 | 0,02 | |
| Final height (m) | Podium | 2,26 | 2,38 | 2,31 | 0,03 | 0,00* |
| | Remaining | 2,15 | 2,32 | 2,24 | 0,04 | |
| Difference (m) | Podium | 0,04 | 0,19 | 0,12 | 0,04 | 0,00* |
| | Remaining | 0,00 | 0,17 | 0,06 | 0,04 | |
| Trials | Podium | 2 | 9 | 5,9 | 2,0 | 0,00* |
| | Remaining | 1 | 8 | 3,6 | 1,7 | |
| X | Podium | 0 | 4 | 1,7 | 1,5 | 0,06 |
| | Remaining | 0 | 4 | 1,3 | 1,0 | |
| O | Podium | 2 | 7 | 4,1 | 1,3 | 0,00* |
| | Remaining | 1 | 6 | 2,4 | 1,1 | |

O= successful trial, X= unsuccessful trial, * $p < 0.05$

Male high jumpers competing in the European Championships were average 26 years old and 1.93 m tall. Similarity was found between the medallists and other finalist athletes in terms of age, body height and number of failures. Statistically significant differences were found on the podium athletes' side about other variables. The podium athletes who started the competition at an average of 2.19 ± 0.03 meters reached a mean performance of 2.31 ± 0.03 m (Difference = 12 ± 4 cm) with a total of six trials (O = 4, X = 2).

Table 2. Comparison of female high jump podium athletes (n = 35) and other finalists (n = 83) with respect to age, anthropometric characteristics and competition variables

| Variables | Podium / Remaining | min. | max. | Mean | SD | p |
|--------------------------|--------------------|------|------|------|------|-------|
| Age (year) | Podium | 19,3 | 38,0 | 27,4 | 4,5 | 0,07 |
| | Remaining | 17,0 | 40,8 | 25,7 | 4,8 | |
| Body Height (m) | Podium | 1,69 | 1,92 | 1,84 | 0,06 | 0,04* |
| | Remaining | 1,68 | 1,92 | 1,81 | 0,05 | |
| Body Weight (kg) | Podium | 50,0 | 75,0 | 62,6 | 6,2 | 0,61 |
| | Remaining | 49,0 | 75,0 | 62,0 | 5,4 | |
| BMI (Kg/m ²) | Podium | 15,0 | 21,0 | 18,5 | 1,2 | 0,28 |
| | Remaining | 15,1 | 21,2 | 18,8 | 1,2 | |
| Starting height (m) | Podium | 1,79 | 1,92 | 1,84 | 0,03 | 0,00* |
| | Remaining | 1,79 | 1,87 | 1,82 | 0,02 | |
| Final height (m) | Podium | 1,92 | 2,03 | 1,98 | 0,03 | 0,00* |

| | | | | | | |
|----------------|-----------|------|------|------|------|-------|
| | Remaining | 1,80 | 1,99 | 1,91 | 0,04 | |
| Difference (m) | Podium | 0,07 | 0,21 | 0,14 | 0,03 | 0,00* |
| | Remaining | 0,00 | 0,17 | 0,08 | 0,04 | |
| Trials | Podium | 3,0 | 11,0 | 5,9 | 2,1 | 0,00* |
| | Remaining | 1,0 | 10,0 | 4,0 | 1,9 | |
| X | Podium | 0,0 | 5,0 | 1,2 | 1,2 | 0,75 |
| | Remaining | 0,0 | 4,0 | 1,1 | 1,1 | |
| O | Podium | 3,0 | 7,0 | 4,7 | 1,2 | 0,00* |
| | Remaining | 1,0 | 6,0 | 2,9 | 1,1 | |

O= successful trial, X= unsuccessful trial, *p<0.05

In female high jumpers, similarities were found in terms of age, body weight, body mass index and number of unsuccessful trials between podium athletes and other finalists. The medallists (1.84m) were taller than the other finalists (1.81m).

It was seen that podium athletes showed higher values in terms of starting height, total number of trials, number of successful trials and difference between starting height and final performance. The podium athletes who started the competition at an average of 1.84 ± 0.03 meters reached a performance of 1.98 ± 0.03 m (Difference = 14 ± 3 cm) with a total of 6 trials (O = 5, X = 1).

The similarities and differences between pole vault athletes and other finalists are given in Table 3 and Table 4.

Table 3. Comparison of male pole vault athletes (n = 34) and other finalists (75) in terms of age, anthropometric characteristics and competition variables

| Variables | Podium / Remaining | min. | max. | Mean | SD | p |
|--------------------------|--------------------|------|------|------|------|-------|
| Age (year) | Podium | 18,8 | 35,4 | 26,4 | 3,5 | 0,24 |
| | Remaining | 17,4 | 38,5 | 25,5 | 3,8 | |
| Body Height (m) | Podium | 1,70 | 1,94 | 1,85 | 0,07 | 0,16 |
| | Remaining | 1,70 | 1,95 | 1,87 | 0,05 | |
| Body Weight (kg) | Podium | 66,0 | 85,0 | 76,2 | 6,0 | 0,10 |
| | Remaining | 65,0 | 90,0 | 78,1 | 5,3 | |
| BMI (Kg/m ²) | Podium | 20,2 | 23,9 | 22,3 | 0,9 | 0,48 |
| | Remaining | 19,5 | 24,9 | 22,4 | 1,3 | |
| Starting height (m) | Podium | 5,30 | 5,75 | 5,49 | 0,12 | 0,01* |
| | Remaining | 5,30 | 5,61 | 5,43 | 0,10 | |
| Final height (m) | Podium | 5,50 | 6,05 | 5,82 | 0,13 | 0,00* |
| | Remaining | 5,30 | 5,90 | 5,58 | 0,15 | |
| Difference (m) | Podium | 0,15 | 0,60 | 0,34 | 0,12 | 0,00* |
| | Remaining | 0,00 | 0,50 | 0,16 | 0,13 | |
| Trials | Podium | 2 | 12 | 5,8 | 2,4 | 0,00* |
| | Remaining | 1 | 8 | 3,5 | 1,7 | |
| X | Podium | 0 | 5 | 1,7 | 1,4 | 0,11 |
| | Remaining | 0 | 4 | 1,3 | 1,0 | |
| O | Podium | 2 | 8 | 4,2 | 1,6 | 0,00* |
| | Remaining | 1 | 6 | 2,2 | 1,1 | |

O= successful trial, X= unsuccessful trial, *p<0.05

Male pole vaulters competing in the European Championships were 26 years old on average. It was seen similarity between the groups in terms of age, height, body weight, BMI and the number of failures. Statistically significant differences were found on the podium athletes' side about other variables. The podium athletes who started the competition at an average of 5.49 ± 0.12 meters reached a final height performance of 5.82 ± 0.13 m (Difference = 0.34 ± 0.12 m) with a total of 6 trials (O = 4, X = 2).

Table 4. Comparison of female pole vault athletes (n = 34) and other finalists (n = 73) with respect to age, anthropometric characteristics and competition variables

| Variables | Podium / Remaining | min. | max. | Mean | SD | p |
|--------------------------|--------------------|------|------|------|------|-------|
| Age (year) | Podium | 21,3 | 33,0 | 26,0 | 3,3 | 0,44 |
| | Remaining | 17,6 | 37,9 | 25,4 | 4,1 | |
| Body Height (m) | Podium | 1,60 | 1,79 | 1,71 | 0,05 | 0,88 |
| | Remaining | 1,60 | 1,82 | 1,71 | 0,05 | |
| Body Weight (kg) | Podium | 50,0 | 69,0 | 58,5 | 5,9 | 0,68 |
| | Remaining | 51,0 | 69,0 | 59,0 | 5,1 | |
| BMI (Kg/m ²) | Podium | 17,6 | 22,5 | 20,0 | 1,6 | 0,46 |
| | Remaining | 17,6 | 23,0 | 20,3 | 1,3 | |
| Starting height (m) | Podium | 4,22 | 4,65 | 4,41 | 0,10 | 0,00* |
| | Remaining | 4,10 | 4,65 | 4,31 | 0,10 | |
| Final height (m) | Podium | 4,55 | 4,85 | 4,70 | 0,09 | 0,00* |
| | Remaining | 4,10 | 4,70 | 4,46 | 0,12 | |
| Difference (m) | Podium | 0,15 | 0,50 | 0,29 | 0,08 | 0,00* |
| | Remaining | 0,00 | 0,40 | 0,14 | 0,12 | |
| Trials | Podium | 3 | 10 | 5,5 | 1,8 | 0,00* |
| | Remaining | 1 | 8 | 3,6 | 1,7 | |
| X | Podium | 0 | 5 | 1,6 | 1,3 | 0,52 |
| | Remaining | 0 | 5 | 1,4 | 1,2 | |
| O | Podium | 2 | 6 | 3,9 | 1,0 | 0,00* |
| | Remaining | 1 | 5 | 2,2 | 0,9 | |

O= successful trial, X= unsuccessful trial, *p<0.05

In female pole vaulters, similarities were found in terms of age, body height, body weight, BMI and unseccesful trial between the podium athletes and other finalists. It was seen that podium athletes showed higher values in terms of starting height, total number of trials, number of successful trials and difference between starting height and final height. The podium athletes who started the competition at an average of 4.41 ± 0.10 meters reached a performance of 4.70 ± 0.09 m (Difference = 0.29 ± 0.08 m) with a total of 6 trials (O = 4, X = 2).

Table 5. Relationships between male high jumpers performances and competition variables (r)

| | Podium / Remaining | n | Starting height | Trials | X | O | Difference |
|--------------|--------------------|-----|-----------------|--------|-------|-------|------------|
| Final height | Podium | 34 | 0.12 | 0.44* | 0.00 | 0.69* | 0.61* |
| | Remaining | 71 | -0.05 | 0.79* | 0.42* | 0.83* | 0.87* |
| | All | 105 | 0.17 | 0.76* | 0.31* | 0.86* | 0.87* |

*p<0.05

When the performances of male high jumpers and total number of trials were examined, it was found that there was a statistically significant, positive and high correlation ($r = 0.76$). In the regression analysis, it was seen that the total number of trials in men could explain 58% of the performance ($r^2 = 0.58$). Likewise, it was found a positive and high relationship between actual performance and the difference which is between the starting height and final height ($r = 0.87$).

Table 6. Relationships between female high jumpers' performances and competition variables

| | Podium / Remaining | n | Starting height | Trials | X | O | Difference |
|--------------|--------------------|-----|-----------------|--------|-------|-------|------------|
| Final height | Podium | 35 | 0.45* | 0.62* | 0.47* | 0.59* | 0.46* |
| | Remaining | 83 | 0.20 | 0.68* | 0.35* | 0.83* | 0.86* |
| | All | 118 | 0.40* | 0.72* | 0.30* | 0.85* | 0.85* |

*p<0.05

When the performances of female high jumpers and the total number of trials were examined, it was seen that there are a statistically significant, positive and moderate correlation was found

($r = 0.72$). In the regression analysis, it was found that the total number of trials in women could explain 51% of the performance ($r^2 = 0.51$). Likewise, it was found a positive and high relationship between actual performance and the difference which is between the starting height and final height ($r = 0.85$).

The relationship between the final height reached at the end of the competition and other competition variables is given in the tables below.

Table 7. Relationship between male pole vaulters' performances and competition variables (r)

| | Podium / Remaining | n | Starting height | Trials | X | O | Difference |
|--------------|--------------------|-----|-----------------|--------|-------|-------|------------|
| Final height | Podium | 34 | 0.55* | 0.58* | 0.28 | 0.63* | 0.57* |
| | Remaining | 75 | 0.51* | 0.66* | 0.34* | 0.71* | 0.78* |
| | All | 109 | 0.55* | 0.72* | 0.34* | 0.78* | 0.81* |

* $p < 0.05$

When the performance of male pole vaulters and the total number of trials were examined, a statistically significant, positive and high-level relationship was found ($r = 0.72$). In the regression analysis, it was seen that the total number of trials in men could explain 52% of the performance ($r^2 = 0.52$). Likewise, it was found a positive and high relationship between actual performance and the difference which is between the starting height and final height ($r = 0.81$).

Table 8. Relations between female pole vault performers and competition variables (r)

| | Podium / Remaining | n | Starting height | Trials | X | O | Difference |
|--------------|--------------------|-----|-----------------|--------|-------|-------|------------|
| Final height | Podium | 34 | 0.69* | 0.34 | 0.05 | 0.52* | 0.22 |
| | Remaining | 73 | 0.47* | 0.54* | 0.29* | 0.63* | 0.63* |
| | All | 107 | 0.63* | 0.62* | 0.20* | 0.77* | 0.71* |

* $p < 0.05$

When the performances of female pole vaults and the total number of trials were examined, it was found that there was a statistically significant, positive and moderate relationship ($r = 0.62$). In the regression analysis, it was seen that the total number of trials in women could explain 39% of the performance ($r^2 = 0.39$). Likewise, it was found a positive and moderate relationship between actual performance and the difference which is between the starting height and final height ($r = 0.71$).

In both events and gender, the relationship between competition performance and number of trials was determined. Likewise, high and moderate level relationships were found between the difference variable and the final height variable. In other words, it can be said that total number of trials and difference between starting height and final height are important variables in high jump competition performance.

DISCUSSION

The starting height, final height, the difference between them, the total number of trials, the number of successful and unsuccessful trials between the podium athletes and the other finalist athletes examined as competition variables, and the relationship between these variables and the final height are discussed below to according the events and genders.

High Jump

In the high jump, significant differences were found between medallist athletes and other finalist athletes in terms of initial height, final height, difference between them, total number of

trials and number of successful trials. It was found similarity between the groups in terms of mean number of fail trials. It was calculated that medallist male athletes performed between 4-8 trials (5.9 ± 2.0 attempts) and the other finalists performed between 2-6 (3.6 ± 1.7 attempts) trials. In females, medallists (5.9 ± 2.1 attempts) and other finalist athletes (4.0 ± 1.9 attempts) showed mean trials like men. In a study examining the finals of major competitions (OG, WCH, EACH) between 2000 and 2009, it was reported that males performed 5-9 trials (7.3 ± 1.9 attempts) and females performed 6-10 trials (8.2 ± 2.3 attempts) (Theodorou et al. (2009a). In another study examining the 2008 European Cup, the mean number of trials was reported to be between 5-9 trials in men (7.4 ± 2.2 attempts) and 6-10 trials in women (8.4 ± 2.0 attempts) (Theodorou and Skordilis, 2009).

The difference between the initial heights and final heights examined in this study was found to be 12 ± 4 cm for male podium athletes and 6 ± 4 cm for other male finalists. In female high jump, average difference was calculated as 14 ± 3 cm for podium athletes and 8 ± 4 cm for other finalists. The difference between starting height and final height was found as 9.4 ± 4.8 cm for men and 10.9 ± 5.0 cm for women by Theodorou et al. (2009a). In another study involving the European Cup, the mean difference was 11.5 ± 7.1 cm in males and 13.4 ± 5.2 cm in females (Theodorou and Skordilis, 2009). The findings obtained from the podium athletes of the current study support the data in the literature.

The positive correlations were found between the final height values reached by the athletes and the total number of trials for both gender (male $r = 0.76$, $r^2 = 0.58$ / women $r = 0.72$, $r^2 = 0.51$). In other words, as the final height values of the high performing athletes increased, the total number of trials increases, too. It was calculated in the high jump that the total number of trials as the performance component explained the final height by 51% in women and 58% in men.

Pole Vault

Significant differences were found in the pole vault event in terms of the starting height, the final height, the difference between them, the total number of trials and the number of successful trials. Similarities were determined between the groups in terms of age, anthropometric characteristics and mean number of unsuccessful trials. It was calculated that the male medallist athletes performed between 4-8 trials (5.8 ± 2.4 attempts) and the other finalists performed 2-6 (3.5 ± 1.7 attempts) trials. In females, the medallist athletes (5.5 ± 1.8 attempts) and the other finalist athletes (3.6 ± 1.7 attempts) showed similarity for mean trials like the men. In a study examining the finals of major competitions (OG, WCH, EACH) between 2000 and 2009, it was reported that males performed between 5-9 trials (6.9 ± 2.2 attempts) and females performed between 5-11 trials (8.0 ± 2.5 attempts) in the pole vault event (Theodorou et al. (2009b).

In another study examining the 2008 European Cup, the mean number of trials was reported to be between 5-9 trials (6.7 ± 2.1 attempts) in men and between 5-11 trials (7.9 ± 2.6 attempts) in women (Theodorou et al., 2010). In this study, the difference height between the initial heights and final heights was found 34 ± 12 cm for male podium athletes and 16 ± 13 cm for other male finalists. The average of the difference height for female pole vaulters was 29 ± 8 cm for podium athletes and 14 ± 12 cm for other finalists. In another study involving the European Cup, the mean difference height was 28.5 ± 18.1 cm for males and 34.1 ± 18.2 cm for females (Theodorou et al., 2010). According to the literature and current study values, it can be said that European elite pole vaulters (in both genders) have chosen the initial height approximately 30 cm below the final height.

The moderate positive relationships were found between the final height values reached by the athletes and the total number of attempts in men ($r = 0.72$, $r^2 = 0.52$) and in women ($r = 0.62$, $r^2 = 0.39$). In other words, as the final height values of the high performing athletes increased, the total number of trials increased too. It was calculated in the pole vault that the total number of trials as the performance component can explain to the final height by 52% in men and 39% in women.

CONCLUSION

It is clear that the mean of the total number attempts has declined significantly in both events and genders during the last 10 years. What has changed in the training after 2009? The reason of this decline may be the subject of another research. The difference between the initial height and the final height was approximately 10 cm in the high jump and 30 cm in the pole jump. It was found that the total number of trials as the performance component was higher for podium athletes. As a result, it was seen that the medallists had higher initial heights than the other finalists, they reached the final heights with more differences after the initial heights. The total number of trials and the successful trials were higher for medallist athletes, too. In the light of these finding, it is recommended that the performance components for vertical jumps be examined in detail and a competition strategy is developed by coaches.

Practical Application:

1. *To all the vertical events athletes in both genders, coaches can be planned total number of trials between 4-8 attempts for the competition.*
2. *The following ranges can be used to determine the initial height of the competition according to the events and genders.*
 - a. *To male high jumpers: between 8-16 cm below the aimed final height*
 - b. *To female high jumpers: between 11-17 cm below the aimed final height*
 - c. *To male pole vaulters: between 22-46 cm below the aimed final height*
 - d. *To female pole vaulters: between 21-37 cm below the aimed final height*

REFERENCES

- Böheim, R., Lackner, M. (2013). *Gender and Competition: Evidence from Jumping Competitions* (IZA Discussion Papers No. 7243). Bonn. Retrieved from <http://hdl.handle.net/10419/71610>
- European Athletics. (2019a). EA-Athletes. Retrieved 12 July 2019, from <https://www.european-athletics.org/athletes/>
- European Athletics. (2019b). European Athletics Championships. Retrieved 12 July 2019, from <https://www.european-athletics.org/competitions/>
- IAAF. (2017). *Competition Rules 2018-2019*. Monaco: International Association of Athletics Federations. Retrieved from <http://www.iaaf.org>
- IAAF. (2019). IAAF-Athletes. Retrieved 12 July 2019, from <https://www.iaaf.org/athletes>
- Ladany, S. P. (1975). Optimal Starting Height for Pole-Vaulting. *Operations Research*, 23(5), 968–978. Retrieved from <https://www.jstor.org/stable/169682>
- Portney, L. G., Watkins, M. P. (2015). *Foundations of clinical research. Applications to practice* (3rd ed.). Philadelphia: F. A. Davis Company.

Theodorou, A., Skordilis, E. (2009). Consequences of the new competition rules for the high jump at the European. *New Studies in Athletics (NSA)*, 24(3), 23–30.

Theodorou, A., Skordilis, E., Paradisis, G. (2009a). Possible effects of new regulation implementation on high jump event. In *14th annual Congress of the European College of Sport Science* (p. 600). Oslo: ECSS.

Theodorou, A., Skordilis, E., Paradisis, G. (2009b). Possible effects of new regulation implementation on pole vault event. In *14th annual Congress of the European College of Sport Science* (p. 600). Oslo.

Theodorou, A., Skordilis, E., Paradisis, G. (2010). Effects Of New Rules Implementation On The Pole Vault Event. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 42(5). Retrieved from https://journals.lww.com/acsm-msse/Fulltext/2010/05001/Effects_Of_New_Rules_Implementation_On_The_Pole.2047.aspx

Tilastopaja. (2019). Athletics Database. Retrieved 12 July 2019, from <https://www.iaaf.org/athletes>

Geliş Tarihi (Received): 12.08.2019
Kabul Tarihi (Accepted): 26.11.2019
SPORMETRE, 2019,17(4),211-219
DOI: 10.33689/spormetre.605119

YÜKSEK ŞİDDETLİ İNTERVAL ANTRENMAN PROGRAMININ FİZYOLOJİK PARAMETRELER VE SOLUNUM KAS KUVVETİ ÜZERİNE ETKİSİ

Özgür Bostancı¹, Muhammet Hakan Mayda¹, Mehmet İsmail Tosun¹, Menderes Kabadayı¹
¹Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun/Türkiye

Öz: Yüksek şiddetli interval antrenman (YŞİA) ve geleneksel antrenman yöntemleri ile ilgili sedanterler ve sporcularda birçok çalışma yapılmasına rağmen elit atletlerde solunum kas kuvvetine etkisi ile ilgili olarak yapılan ilk çalışmadır. Bu doğrultuda, çalışmanın amacı YŞİA metodunun ve geleneksel atletizm antrenman programının solunum kaslarına ve bazı fizyolojik parametrelere etkisini inceleyerek aralarındaki farkı araştırmaktır. Araştırmaya 18-22 yaş aralığında 16 elit atlet gönüllü olarak katılmıştır. Sporcular, çift kör deney dizaynı kullanılarak deney (n:8, YŞİA) ve kontrol (n:8, geleneksel) olmak üzere rastgele iki gruba ayrılmıştır. Deneklere antrenman programı öncesi ve sonrasında boy uzunluğu, vücut ağırlığı, vücut kitle indeksi (VKİ), anaerobik güç, aerobik kapasite, maksimal inspiratuar basınç (MIP), maksimal ekspiratuar basınç (MEP), dinlenik kalp atım, esneklik ve durarak uzun atlama testleri uygulanmıştır. Ön-son test farkları için bağımlı örneklem t testi, gruplara göre değişimi belirlemek için bağımsız örneklem t testi kullanılmıştır. YŞİA ve geleneksel atletizm antrenmanları sonrasında tüm parametrelerde anlamlı artış görülmüştür ($p<0,05$). İki antrenman grubundaki yüzdesel değişimler karşılaştırıldığında ise esneklik dışında tüm parametrelerde deney grubu lehine istatistiksel olarak anlamlı gelişim elde edilmiştir ($p<0,05$). Sonuç olarak, elit atletlerde 6 haftalık YŞİA'nın geleneksel atletizm antrenman programına göre solunum kas kuvvetine ve diğer fizyolojik parametrelere olumlu etkisinin daha fazla olduğu tespit edilmiştir. YŞİA'nın sporcuların fizyolojik uyum düzeyinde kısa sürede olumlu yanıt verdiği göz önüne alındığında elit sporcular arasındaki rekabete olumlu katkılar sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca solunum kasları ile ilgili elde ettiğimiz sonuçlar literatüre önemli katkılar sağlayabilir.

Anahtar Kelimeler: Yüksek şiddetli interval antrenman, atlet, solunum kası

THE EFFECT OF HIGH INTENSITY INTERVAL TRAINING PROGRAM ON PHYSIOLOGICAL PARAMETERS AND RESPIRATORY MUSCLE STRENGTH

Abstract: Although a great number of studies have been conducted on sedentary individuals and athletes related to high intensity interval training (HIIT) and traditional training methods, this is the first study on the effect of high intensity interval training on respiratory muscle strength in elite athletes. In this respect, the aim of this study is to investigate the effect of HIIT method and traditional athletics training program on respiratory muscles and some physiological parameters and to analyze the difference between them. 16 elite athletes aged between 18 and 22 participated in the study voluntarily. The athletes were randomly divided into two groups: experimental (n: 8, HIIT) and control (n: 8, traditional) using double-blind experimental design. Height, body weight, body mass index (BMI), anaerobic power, aerobic capacity, maximal inspiratory pressure (MIP), maximal expiratory pressure (MEP), resting heart rate, flexibility and standing long jump tests were applied to the subjects before and after the training program. Paired Samples T test was used for pre and post-test differences and Independent Samples T test was used to determine the change according to groups. Significant increase was observed in all parameters after HIIT and traditional athletics training ($p<0,05$). When the percentage changes in the two training groups were compared, statistically significant improvement was found in favour of the experimental group in all parameters except flexibility ($p<0,05$). As a result, it was found that 6-week-long HIIT caused more positive effects on respiratory muscle strength and other physiological parameters than traditional athletics training program in elite athletes. Considering that HIIT responds positively to the physiological adaptation level of the athletes in a short time, it is thought that it will make a positive contribution to the competition among elite athletes. In addition, our results on respiratory muscles can make important contributions to the literature.

Key Words: High intensity interval training, athlete, respiratory muscle

GİRİŞ

Uzun ve kısa mesafe koşucularında performansı geliştirmek için uygulanan antrenman metotlarının birçoğu yapılan branşla ilişkili olarak uzun süreli koşular içermektedir. Fakat uzun süreli koşular sporcunun maksimal kuvvet sergilemesinde ve antrenman esnası stres düzeyi gibi değişkenlerde olumsuzluğa yol açmaktadır (Mcmillan ve ark., 2005; Buchheit ve Laursen, 2013). Bu yüzden spor bilimciler tarafından sporda başarılı performansın sürdürülebilirliğini sağlamak ve kısa hazırlık dönemlerini etkin değerlendirmek için yeni antrenman modelleri araştırılmakta ve uygulanmaktadır (Issurin, 2010).

Bu antrenman modelleri arasında yer alan yüksek şiddetli interval antrenman (YŞİA) yönteminin, sedanterler ve sporcular için sağlık, performans gibi çeşitli parametreler üzerine olumlu etkilerinin olduğu bilinmektedir (Samuel ve ark., 2013; Gist ve ark., 2014; Astorino ve ark., 2012). YŞİA sporcuların kısa sürede aerobik ve anaerobik kapasitelerini geliştirmesinin (McKay ve ark., 2009) yanı sıra obezite, kardiyovasküler, diyabet gibi önemli hastalıklara yakalanma riskini azaltarak, bireylerin yaşam kalitesinde iyileşme sağlamaktadır (Babraj ve ark., 2009; Oliveira ve ark., 2010; Whyte ve ark., 2010; Akgül ve ark., 2016).

Ayrıca YŞİA yönteminin uzun süren dayanıklılık antrenmanlarına bir alternatif olabileceği (Vanderburg ve Bracko, 2013), geleneksel aerobik antrenman programları ile karşılaştırıldığında zamanın ekonomik ve etkili kullanılması, metabolik fonksiyonlar ile sportif performansı kısa sürede geliştirmesi sebebiyle daha fazla ilgi görmeye başlamıştır (Girard ve ark., 2018; Bayati ve ark., 2011; Samuel ve ark., 2013; Akgül ve ark., 2017). İki hafta gibi kısa süreli YŞİA programı sayesinde metabolik fonksiyonların yanı sıra aerobik ve anaerobik kapasitenin anlamlı şekilde artırdığını gösteren araştırmalar da bulunmaktadır (Alan ve ark., 2014; Babraj ve ark., 2009). YŞİA fizyolojik parametreleri ve performansı artırırken aynı zamanda sporcuların MaxVO₂ değerinin %90'ın üzerinde uzun süre kalmasını sağlayan antrenman protokolü de içermektedir (Buchheit ve Laursen, 2013). Bu doğrultuda bireysel ve takım sporlarında fiziksel performansı kısa sürede geliştirmek ve başarıyı kolaylaştırmak için kullanılabilecek en etkili antrenman programlarından bir tanesinin de YŞİA olduğu düşünülmektedir.

YŞİA metodu ile ilgili sedanter ve sporcularda birçok çalışma yapılmasına rağmen (Samuel ve ark., 2013; Gist ve ark., 2014; Bayati ve ark., 2011; Akgül ve ark., 2017) orta mesafe atletlerde YŞİA metodunun özellikle solunum kas kuvvetine etkisi ile ilgili olarak yapılan ilk çalışmadır.

Çalışmanın hipotezi, performansı en üst düzeyde kullanması gereken orta mesafe koşucularında YŞİA metodunun solunum kaslarına ve bazı fizyolojik parametrelere etkisini inceleyerek YŞİA metodu ile geleneksel atletizm antrenman metodunun etkileri arasındaki farkı ortaya koymaktır.

YÖNTEM

DeneySEL Yaklaşım

Araştırmaya katılan deneklere çalışmanın amacı ve yöntemi hakkında bilgi verilerek, uygulanacak testler tanıtılıp, pilot ölçümler yapılmıştır. 6 haftalık antrenman programı başlamadan 2 gün önce ve antrenman programının bitiminden 2 gün sonra testler uygulanmıştır. Tüm ölçümler günün aynı saatlerinde (10.00-12.00 arasında) gerçekleştirilmiştir. Sporculara boy uzunluğu, vücut ağırlığı, vücut kitle indeksleri (VKİ), anaerobik güç, aerobik kapasite, maksimal inspiratuar basınç (MIP), maksimal ekspiratuar basınç (MEP), dinlenik kalp atım,

esneklik ve durarak uzun atlama testleri uygulanmıştır. Araştırma rastgele, çift kör deney dizaynı kullanılarak tasarlanmıştır.

Örneklem Grubu

Araştırmaya deney (n: 8) ve kontrol (n:8) grubu olmak üzere toplam 16 elit orta mesafe koşucusu gönüllü olarak katılmıştır (Tablo 1). Aktif olarak antrenmanlara devam etmeleri ve en az 2 yıl spor geçmişine sahip olmaları genel kriter olarak belirlenmiştir.

Yüksek Şiddetli İnterval Antrenman Protokolü

Çalışmada deney grubuna, YŞİA metodu (haftada 4 gün toplam 6 hafta) uygulanmıştır. YŞİA metodunda 1200 metrelik antrenman mesafesi interval hale getirilerek 100 metre ve 200 metre koşu mesafelerinde 4'er tekrar yaptırılmıştır. YŞİA şiddeti deney grubu sporcularının kalp atımlarının 180-185 aralığına getirilmesiyle belirlenmiştir. Tekrarlar arasında bire üç (koşu süresinin 3 katı) pasif dinlenme yapılmış ve kalp atım sayısının 140'a düşme kriterine dikkat edilmiştir. Setler arasında kalp atım sayısının 120'ye düşmesi beklenmiş ve pasif dinlenme yapılmıştır. Kontrol grubu ise sadece aerobik koşular içeren klasik atletizm antrenman programına (haftada 4 gün toplam 6 hafta) katılmıştır. Deneklere antrenman öncesi ısınma için 10 dakika jogging, branşa uygun alt ve üst ekstremiteye yönelik esneme hareketleri, antrenman sonrası soğuma için de 10 dakikalık alt ve üst ekstremiteye yönelik esneme hareketleri yaptırılmıştır (Fox ve ark., 1999; Bompa ve Haff, 2015).

Vücut Ağırlığı, Boy Uzunluğu Ölçümü ve VKİ Hesaplama

Deneklerin vücut ağırlıkları 0,1 kg hassaslıktaki kantar ile kg cinsinden, boy uzunlukları bu kantarda sabit olan dijital boy ölçer (SECA, Germany) ile cm cinsinden kayıt edildi. VKİ ise vücut ağırlığının (kg), boy uzunluğunun (m) karesine bölünmesiyle hesaplanmıştır.

Dikey Sıçrama Testi ve Anaerobik Güç Hesaplama

İlk olarak deneklerin topuklarını yerden kaldırmadan dizleri tam ekstansiyonda iken baskın kollarıyla erişebildikleri en üst nokta işaretlenmiştir. Deneklerden dizleri 90° bükülü ve adım almadan çift ayakla dikey sıçrama yapmaları istenmiştir. Test üç kez tekrar ettirilerek en iyi sonuç kaydedilmiştir. Sıçrama mesafesi (D) ve vücut ağırlığı kullanılarak bireyin anaerobik güç değeri belirtilen formüle göre hesaplandı (Mayda ve ark., 2016).

Anaerobik güç (kg*m/sn) = $\sqrt{4,9 * (\text{Vücut ağırlığı}) * \sqrt{D}}$

D: Dikey olarak sıçranan mesafe (m)

Aerobik Kapasite

Deneklerin aerobik kapasitelerini ölçmek için 20 metre mekik koşu testi uygulandı. Kaydedilen tekrar sayısına bağlı olarak değerlendirme tablosundan MaxVO₂ seviyeleri ml/kg/dk cinsinden hesaplandı (Pamuk ve ark., 2008; Lang ve ark., 2018).

Solunum Kas Kuvveti (MIP-MEP) Ölçümü

Deneklerin solunum kas kuvvetlerini belirlemek için MicroRPM (CareFusion Micro Medical, Kent, UK) cihazı kullanıldı. MIP ölçümü için uygun filtre ve ağızlık takıldıktan sonra burun bölgesi hava yolu bir klipsle kapalı duruma getirildi. Denek ayakta rezidüel volümdeyken bir seferde maksimal hızda inspirasyon yaparak 1-3 saniye sürdürmesi ile testi tamamladı. Deneklerden MEP ölçümü için, total akciğer kapasitesinden sonra kapalı solunum yoluna karşı 1-3 saniye maksimal ekspirasyon yapması istendi. En iyi iki ölçüm arasında %5'lik bir fark kalana kadar ölçüm tekrarlandı ve elde edilen ortalama cmH₂O cinsinden kaydedildi (Bostancı ve ark., 2019).

Dinlenik Kalp Atım Sayısı Ölçümü

Kalp atım ölçümleri (atım/dak) dijital göstergeli klasik koldan sarmalı tansiyon aleti ile ölçülmüştür. Ölçümler bütün deneklerin sol kolundan ve dinlenik durumdayken alınmıştır (Sarıtay ve ark., 2018).

Esneklik Testi

Deneklerin esneklik değerleri otur-uzan test sehvası kullanılarak ölçülmüştür. Diz eklemi tam ekstansiyondayken mümkün olduğunca ileri uzanması istenmiştir. İki tekrar yaptırılarak en iyi sonuç kaydedilmiştir (Colakoglu ve ark., 2014).

Durarak Uzun Atlama Testi

Deneklerden belirlenen çizginin gerisinden hız almadan ayakları bitişik şekilde en uzak mesafeye atlaması istenmiştir. Test iki defa tekrar ettirilerek en iyi sonuç kaydedilmiştir (Ayan ve ark., 2009).

İstatistiksel Analiz

Verilerin istatistiksel analizi SPSS 22,0 (SPSS Inc., Chicago, IL) istatistik programı kullanılarak yapılmıştır. Veriler ortalama, standart sapma, yüzdesel değişim ve etki büyüklüğü (Cohen's d) şeklinde sunulmuştur. Verilerin normal dağılım gösterdikleri Shapiro-Wilk testi uygulanarak belirlenmiştir. Deney ve kontrol grubunun ön-son test sonuçları arasındaki farklılığın analizi için bağımlı t testi, gruplara göre değişimi belirlemek için ise bağımsız t testi kullanılmıştır. İstatistiksel sonuçlar $p < 0,05$ ve $p < 0,001$ anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Araştırmaya katılan atletlerin tanımlayıcı bilgileri

| Değişkenler | Ön-test (Ort±SS) | | Son-test (Ort±SS) | |
|--------------------------|------------------|---------------|-------------------|---------------|
| | Deney Grubu | Kontrol Grubu | Deney Grubu | Kontrol Grubu |
| Yaş (yıl) | 20,75±1,75 | 20,25±1,49 | 20,75±1,75 | 20,25±1,49 |
| Boy (cm) | 166,01±0,09 | 167,35±1,20 | 166,01±0,09 | 167,35±1,20 |
| Ağırlık (kg) | 61,79±8,25 | 60,60±9,81 | 60,81±7,93 | 60,06±10,19 |
| VKİ (kg/m ²) | 22,58±0,61 | 21,57±2,05 | 21,86±1,05 | 21,10±2,11 |

Ort: Ortalama SS: Standart Sapma VKİ: Vücut Kitle İndeksi

Tablo 2. Ön-son test verilerinin karşılaştırılması

| | | Deney Grubu (n: 8) | | Kontrol Grubu (n:8) | |
|--------------------------------|----------|--------------------|------------------|---------------------|------------------|
| | | Ort±SS | Yüzdesel Değişim | Ort±SS | Yüzdesel Değişim |
| Anaerobik Güç (kg- m/s) | Ön-test | 83,58±18,01 | %5,13 | 82,03±22,43 | %1,33 |
| | Son-test | 87,71±18,09† | | 83,15±22,87* | |
| Aerobik Kapasite (ml/kg/dk) | Ön-test | 48,65±4,86 | %4,28 | 44,83±3,11 | %1,12 |
| | Son-test | 50,71±4,87† | | 45,33±3,16* | |
| MIP (cmH ₂ O) | Ön-test | 95,00±4,10 | %20,09 | 91,13±9,28 | %6,78 |
| | Son-test | 114,12±7,36† | | 97,38±11,06* | |

| | | | | | |
|------------------------------|----------|---------------|---------|---------------|---------|
| MEP (cmH ₂ O) | Ön-test | 153,50±14,86 | %11,95 | 146,75±12,35 | %4,39 |
| | Son-test | 171,38±12,85† | | 153,25±13,84† | |
| Dinlenik Kalp Atım (atım/dk) | Ön-test | 58,75±1,04 | % -8,10 | 57,00±1,85 | % -2,20 |
| | Son-test | 54,00±2,14† | | 55,75±2,49* | |
| Esneklik (cm) | Ön-test | 14,93±3,22 | %27,85 | 12,99±4,71 | %15,99 |
| | Son-test | 18,66±3,03* | | 14,65±4,46* | |
| Durarak Uzun Atlama (cm) | Ön-test | 202,75±16,74 | %4,44 | 199,13±31,38 | %1,39 |
| | Son-test | 211,88±19,82* | | 201,75±30,68* | |

*p<0,05 †p<0,001 Ort: Ortalama SS: Standart Sapma

6 haftalık YŞİA ve geleneksel atletizm antrenmanları sonrası tüm parametrelerde anlamlı artış gözlenmiştir (p<0,05). Ancak YŞİA programında anaerobik kapasite, aerobik kapasite, MIP, MEP ve dinlenik kalp atım ortalamalarında önemli değişim gözlenmiştir (p<0,001). Geleneksel atletizm programı yapan gruptaki en önemli değişim sadece MEP değerinde bulunmuştur (p<0,001).

Tablo 3. Ön ve son testler arasındaki yüzdesel değişimin analizi

| | | Ort±SS | Cohen's d | p |
|------------------------------|---------|-------------|-----------|------------------|
| Anaerobik (kg-m/s) | Deney | 5,13±2,54 | 1,93 | 0,002* |
| | Kontrol | 1,33±1,13 | | |
| Aerobik (ml/kg/dk) | Deney | 4,28±1,12 | 3,54 | < 0,001 † |
| | Kontrol | 1,12±0,58 | | |
| MIP (cmH ₂ O) | Deney | 20,09±4,92 | 3,07 | < 0,001 † |
| | Kontrol | 6,78±3,67 | | |
| MEP (cmH ₂ O) | Deney | 11,95±5,66 | 1,79 | 0,006* |
| | Kontrol | 4,39±1,91 | | |
| Dinlenik Kalp atım (atım/dk) | Deney | -8,10±2,57 | 2,29 | < 0,001 † |
| | Kontrol | -2,20±2,59 | | |
| Esneklik (cm) | Deney | 27,85±23,28 | 0,60 | 0,253 |
| | Kontrol | 15,99±15,87 | | |
| Durarak Uzun Atlama (cm) | Deney | 4,44±2,89 | 1,42 | 0,021* |
| | Kontrol | 1,39±0,95 | | |

*p<0,05 †p<0,001 Ort: Ortalama SS: Standart Sapma Cohen's d: Etki Büyüklüğü

Deney ve kontrol grubunun ön-son testleri arasındaki yüzdesel değişimler karşılaştırıldığında esneklik dışında tüm parametrelerde deney grubu lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmüştür (p<0,05; p<0,001).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Çalışmanın amacı 6 haftalık YŞİA'nın orta mesafe koşucularında anaerobik güç, aerobik

kapasite, MIP-MEP, dinlenik kalp atım, esneklik ve durarak uzun atlama parametrelerine etkileri araştırılarak, YŞİA ile geleneksel atletizm antrenmanları arasındaki farkı incelemektir. YŞİA programının fizyolojik faydalarını araştıran birçok çalışma bulunmasına rağmen (Girard ve ark., 2018; Buchheit ve Laursen, 2013; Gist ve ark., 2014), geleneksel antrenmanlarla YŞİA'nın etkilerinin karşılaştırıldığı çalışmalar sınırlı sayıdadır (Daussin ve ark., 2007; Revan ve ark., 2008; Milanović ve ark., 2015).

Çalışmada her iki grupta da ön-son test arasındaki tüm değişkenlerde istatistiksel olarak anlamlılık saptanmıştır ($p < 0,05$). Fakat çalışmanın ana bulguları incelendiğinde MIP değeri deney grubunda %20,09, kontrol grubunda %6,78; MEP değeri deney grubunda %11,95 kontrol grubunda %4,39; anaerobik kapasite deney grubunda %5,13 kontrol grubunda %1,33; aerobik kapasite deney grubunda %4,28 kontrol grubunda %1,12; dinlenik kalp atım sayısı deney grubunda %8,10, kontrol grubunda ise %2,20 oranında gelişim göstermiştir. Ayrıca deney ve kontrol grubunun ön-son test değerleri arasındaki yüzdesel değişimlerin analizinde esneklik dışında tüm değişkenlerde YŞİA grubu lehine önemli farklılık elde edilmiştir ($p < 0,05$).

Bu sonuçların olası fizyolojik mekanizması, YŞİA metodunun mitokondride bulunan ve genetik kodların ana düzenleyicisi olan PGC-1 α (Peroxisome proliferator-activated receptor gamma coactivator) reseptör aktivasyonunu etkilemesi ile açıklanmaktadır. ATP üretiminin artması için bu reseptörün uyarılması ve daha aktif hale gelmesi gerekmektedir (Bartlett ve ark., 2012; Gibala ve ark., 2012). YŞİA bu reseptörü geleneksel antrenman programlarından daha çok etkilemekte ve uyarmaktadır. Uyarılan PGC-1 α reseptör aktivasyonunun artması daha fazla enerji elde edilmesini sağlayarak kasın oksidasyon kapasitesinin gelişmesini kolaylaştırmaktadır (Little, 2010; Gibala ve ark., 2012; Akgül ve ark., 2017).

Araştırmalar incelendiğinde egzersizin ve antrenman metodlarının solunum fonksiyonlarına ve solunum kas kuvvetine olumlu etkilerinin olduğu görülmektedir (Badaam Khaled ve ark., 2013; Bostancı ve ark., 2017). Antrenmanlar sonucunda hücre düzeyindeki oksijen alış verişinin artışı kardiyovasküler sistemin gelişmesine bağlı olan bir artıştır. Egzersizde artan metabolizma için gerekli olan oksijeni sağlamak amacıyla solunum hacminde artış meydana gelir. Yapılan egzersiz devamlı hale geldikçe solunum kasları gelişerek süreklilik gösterecektir. Egzersiz esnasında alınan oksijenin %16'sının solunum kasları tarafından kullanılması bu gelişimin önemini vurgulamaktadır (McConnell, 2011; Janssens ve ark., 2013; Tong ve ark., 2016). 6 haftalık YŞİA sonrası MİP değerinin %20,09, MEP değerinin de %11,95 artmış olması çalışmanın önemini ortaya koymaktadır. YŞİA metodunun elit atletlerde solunum kas kuvveti üzerine etkisini inceleyen çalışma literatürde bulunmamaktadır. Ancak YŞİA'nın ve geleneksel antrenman metodlarının solunum fonksiyonlarını geliştirdiğine yönelik araştırmalar mevcuttur (Dunham ve Harms, 2012; Sever ve Cıcioğlu, 2018).

Sonuç olarak YŞİA metodu özellikle solunum kasları, aerobik ve anaerobik kapasiteyi geliştirerek, bireylerin fizyolojik uyum düzeyinde kısa sürede artış meydana getirmiştir. Altı haftada organizmanın bu antrenman yöntemine olumlu yanıt verdiği göz önüne alındığında elit sporcular arasındaki rekabete olumlu katkılar sağlayacağı düşünülmektedir. Antrenman yönteminin en önemli amaçlarından biri olan en kısa sürede en iyi performansa ulaşma ilkesine uyan bir programdır. Bu antrenman modeli müsabaka öncesi kamplarda veya eksik antrenman tamamlama dönemlerinde kullanılabilir. Ayrıca bu çalışmada YŞİA metodunun solunum kaslarında meydana getirdiği yararların literatür için önemli bir kaynak olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

Akgül, M.Ş., Gürses, V.V., Karabıyık, H., Koz, M. (2016). İki haftalık yüksek şiddetli interval antrenmanın kadınların aerobik göstergeleri üzerine etkisi. *International Journal of Sport Culture and Science*, 4 (Special Issue 1), 298-305.

Akgül, M.Ş., Koz, M., Gürses, V.V., Kürkçü, R. (2017). Yüksek şiddetli interval antrenman. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15(2), 39-46.

Astorino, T.A., Allen, R.P., Roberson, D.W., Jurancich, M. (2012). Effect of high-intensity interval training on cardiovascular function, VO₂max, and muscular force. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 26(1), 138-145.

Ayan, V., Mülazimoğlu, O. (2009). Sporda yetenek seçimi ve spora yönlendirmede 8-10 yaş grubu erkek çocuklarının fiziksel özelliklerinin ve bazı performans profillerinin incelenmesi (Ankara Örneği). *FÜ Sağ. Bil. Tıp Derg*, 23(3), 113-118.

Babraj, J.A., Vollaard, N.B., Keast, C., Guppy, F.M., Cottrell, G., Timmons, J.A. (2009). Extremely short duration high intensity interval training substantially improves insulin action in young healthy males. *BMC Endocrine Disorders*, 9(3),18-22.

Badaam Khaled, M., Munibuddin, A., Khan, S. T., Choudhari, S. P., Doiphode, R. (2013). Effect of traditional aerobic exercises versus sprint interval training on pulmonary function tests in young sedentary males: a randomised controlled trial. *Journal of clinical and diagnostic research: JCDR*, 7(9), 1890.

Bartlett, J.D., Hwa Joo, C., Jeong, T.S., Louhelainen, J., Cochran, A.J., Gibala, M.J., Gregson, W., Close, G.L., Drust, B., Morton, J.P. (2012). Matched work high-intensity interval and continuous running induce similar increases in PGC-1 α mRNA, AMPK, p38, and p53 phosphorylation in human skeletal muscle. *Journal of Applied Physiology*, 112(7), 1135-1143.

Bayati, M., Farzad, B., Gharakhanlou, R., Agha-Alinejad, H. (2011). A practical model of low-volume high-intensity interval training induces performance and metabolic adaptations that resemble ‘all-out’ sprint interval training. *Journal of Sports Science & Medicine*, 10(3), 571.

Bompa, T.O., Haff, G.G. (2015). Dönemleme: Antrenman kuramı ve yöntemi. *Çev. Tanju Bağırhan*, *Beşinci Basım*, Ankara: Spor Yayınevi ve Kitabevi.

Bostancı, Ö., Mayda, H., Yılmaz, C., Kabadayı, M., Yılmaz, A. K., Özdal, M. (2019). Inspiratory muscle training improves pulmonary functions and respiratory muscle strength in healthy male smokers. *Respiratory Physiology & Neurobiology*, 264, 28-32.

Bostancı, O., Ozdal, M., Mayda, H., Kabadayı, M. (2017). The effect of preparation period trainings on respiratory muscle strength of hearing impaired judokas. *Archives of Budo Science of Martial Arts and Extreme Sports*, 13, 97-102.

Buchheit, M., Laursen, P.B. (2013). High-intensity interval training, solutions to the programming puzzle. *Sports Medicine*, 43(10), 927-954.

Colakoglu, T., Er, F., Ipekoglu, G., Karacan, S., Colakoglu, F.F., Zorba, E. (2014). Evaluation of physical, physiological and some performance parameters of the turkish elite orienteers. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 152, 403-408.

Daussin, F.N., Ponsot, E., Dufour, S.P., Lonsdorfer-Wolf, E., Doutreleau, S., Geny, B., Piquard, F., Richard, R. (2007). Improvement of vo₂ max; by cardiac output and oxygen extraction adaptation during intermittent versus continuous endurance training. *Eur J Appl Physiol*, 101, 377-83.

Dunham, C., Harms, C.A. (2012). Effects of high-intensity interval training on pulmonary function. *European Journal of Applied Physiology*, 112(8), 3061-3068.

Fox, E.L., Bowers, R.W., Foss, M.L. (1999). Physiological foundations of physical education and sports. Beden Eğitimi ve Sporun Fizyolojik Temelleri. Ankara: Bağırhan Yayınevi.

Gibala, M.J., Little, J.P., MacDonald, M.J., Hawley, J.A. (2012). Physiological adaptations to low-volume, high-intensity interval training in health and disease. *The Journal of Physiology*, 590(5), 1077-1084.

Girard, J., Feng, B., Chapman, C. (2018). The effects of high-intensity interval training on athletic performance measures: a systematic review. *Physical Therapy Reviews*, 23(2), 151-160.

Gist, N.H., Fedewa, M.V., Dishman, R.K., Cureton, K.J. (2014). Sprint interval training effects on aerobic capacity: a systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine*, 44(2), 269-279.

Issurin, V.B. (2010). New horizons for the methodology and physiology of training periodization. *Sports Medicine*, 40(3), 189-206.

Janssens, L., Brumagne, S., McConnell, A.K., Raymaekers, J., Goossens, N., Gayan-Ramirez, G., Troosters, T. (2013). The assessment of inspiratory muscle fatigue in healthy individuals: a systematic review. *Respiratory Medicine*, 107(3), 331-346.

Lang, J.J., Belanger, K., Poitras, V., Janssen, I., Tomkinson, G. R., Tremblay, M.S. (2018). Systematic review of the relationship between 20 m shuttle run performance and health indicators among children and youth. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 21(4), 383-397.

Little, J.P., Safdar, A., Cermak, N., Tarnopolsky, M.A., Gibala, M.J. (2010). Acute endurance exercise increases the nuclear abundance of PGC-1 α in trained human skeletal muscle. *American Journal of Physiology-Regulatory, Integrative and Comparative Physiology*, 298(4), 912-917.

Mayda, M.H., Karakoc, O., Ozdal, M. (2016). The investigation of some physical, physiological and anthropometric parameters of visually impaired and non-impaired a national male judoka. *Journal of Education and Training Studies*, 4(6), 192-198.

McConnell, A. (2011). Breathe strong, perform better. United States of America: Human Kinetics.

McKay, B.R., Paterson, D.H., Kowalchuk, J.M. (2009). Effect of short-term high-intensity interval training vs. continuous training on O₂ uptake kinetics, muscle deoxygenation, and exercise performance. *Journal of Applied Physiology*, 107(1), 128-138.

Mcmillan, K., Helgerud, J., Macdonald, R., Hoff, J. (2005). Physiological adaptations to soccer specific endurance training in professional youth soccer players. *British Journal of Sports Medicine*, 39(5), 273-277.

Milanović, Z., Sporiš, G., Weston, M. (2015). Effectiveness of high-intensity interval training (HIT) and continuous endurance training for VO₂max improvements: a systematic review and meta-analysis of controlled trials. *Sports Medicine*, 45(10), 1469-1481.

Oliveira, L.P., Lawless, C.E. (2010). Hypertension update and cardiovascular risk reduction in physically active individuals and athletes. *The Physician and Sports Medicine*, 38(1), 11-20.

Pamuk, Ö., Kaplan, T., Taşkın, H., Erkmen, N. (2008). Basketbolcularda bazı fiziksel ve fizyolojik parametrelerin farklı liglere göre incelenmesi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 6(3), 141-144.

Revan, S., Balcı, Ş.S., Pepe, H., Aydoğmuş, M. (2008). Sürekli ve interval koşu antrenmanlarının vücut kompozisyonu ve aerobik kapasite üzerine etkileri. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 6(4), 193-197.

Samuel, G.J., Martinez, N., Campbell, B.I. (2013). The impact of high-intensity interval training on metabolic syndrome. *Strength and Conditioning Journal*, 35(2): 63-65.

Sarıtaş, N., Hayta, Ü., Kaya, M. (2018). Erkek judocu ve haltercilerin bazı fiziksel ve fizyolojik bulgularının incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(4), 200-211.

Sever, M.O., Cıcioglu, H.I. (2018). The Effect of the interval training during 8-week preparation period on the athletic performances of 9-12 year old swimmers. *International Journal of Sport Culture and Science*, 6(1), 113-125.

Tong, T. K., McConnell, A. K., Lin, H., Nie, J., Zhang, H., Wang, J. (2016). “Functional” inspiratory and core muscle training enhances running performance and economy. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 30(10), 2942-2951.

Vanderburg, H., Bracko, M. (2013). YŞİA and cardio research to practice: more than tabata-the YŞİA protokol work-out experiences. *ACSM's*, 17, 12-15.

Whyte, L.J., Gill, J.M., Cathcart, A.J. (2010). Effect of 2 weeks of sprint interval training on health-related outcomes in sedentary overweight/obese men. *Metabolism*, 59(10), 1421-1428.

Geliş Tarihi (Received): 13.09.2019
Kabul Tarihi (Accepted): 06.12.2019
SPORMETRE, 2019,17(4),220-232
DOI: 10.33689/spormetre.620304

SPOR ÖRGÜTLERİNDE KARANLIK KİŞİLİK, ÖRGÜTSEL SINIZM VE İŞ TATMİNİ İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ*

Sevim GÜLLÜ¹, Kadir YILDIZ²

¹İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, İstanbul.

²Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Manisa.

Öz: Bu çalışmada, spor örgütlerinde karanlık üçlü, örgütsel sinizm ve iş tatmini düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma, nicel araştırma yöntemlerinde yer alan tarama modellerinden ilişkisel tarama modelinde desenlenmiştir. Araştırmanın çalışma grubu, seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden kolayda örnekleme yöntemiyle belirlenen, Mersin ve Karaman Gençlik ve Spor İl Müdürlüklerinde görev alan 45 kadın, 77 erkek toplam 122 Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü çalışanından oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu ile Örgütsel Sinizm Ölçeği (Karacaoğlu ve İnce, 2012), Karanlık Üçlü Ölçeği (Özsoy ve ark., 2017) ve İş Tatmini Ölçeği (Özsoy ve Ardıç, 2017) kullanılmıştır. Verilerin normallik sınamasında Skewness ve Kurtosis değerleri dikkate alınmıştır. Verilerin analizinde ise tanımlayıcı istatistiklerin yanı sıra, Pearson korelasyon ve çoklu doğrusal regresyon analizleri yapılmıştır. Elde edilen verilerin analizleri sonucunda, iş tatmini ölçeği ile örgütsel sinizm ölçeği bilişsellik ($r=-.217$, $p<.05$) ve davranışsal ($r=-.272$, $p<.05$) alt boyutları arasında negatif yönde düşük düzeyde; duygusal alt boyutu arasında negatif yönde orta düzeyde ilişki ($r=-.434$, $p<.05$) tespit edilmiştir. Ayrıca iş tatmini ölçeği ile karanlık üçlü ölçeği alt boyutlarından makyavelizm ($r=-.316$, $p<.05$), psikopati ($r=-.321$, $p<.05$) ve narsisizm ($r=-.442$, $p<.05$) arasında negatif yönde orta düzeyde ilişki gözlemlenmiştir. Bununla birlikte örgütsel sinizmin duygusal alt boyutu ile karanlık üçlü ölçeği alt boyutlarından psikopati ($r=.269$, $p=0.05$) ve narsisizm ($r=.186$, $p=0.05$) arasında ise pozitif yönde düşük düzeyde; davranışsal alt boyutu ile narsisizm ($r=.185$, $p=0.05$) arasında düşük düzeyde pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca, çoklu regresyon analizine göre; örgütsel sinizm (bilişsel-duygusal-davranışsal) ile karanlık üçlü ölçekleri (makyavelizm-psikopati-narsisizm) alt boyutları, iş tatmini ile orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki göstermektedir ($R=0.579$, $R^2=0.335$, $p<.000$). Test sonuçları, örgütsel sinizm alt boyutlarından duygusal ile karanlık üçlü ölçeği alt boyutlarından narsisizmin, iş tatmini üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir ($p<.05$). Dolayısıyla modeldeki diğer değişkenler sabit tutulduğunda, duygusal alt boyutundaki bir birimlik artış, iş tatmini üzerinde 0,381 birimlik azalışa neden olmaktadır. Benzer şekilde narsisizm alt boyutundaki bir birimlik artış, iş tatmini üzerinde 0,341 birimlik azalış göstermektedir. Sonuç olarak, spor örgütlerinde çalışanların iş tatmin düzeyleri üzerinde, bireylerin kişilik yapıları ile örgüt ortamının önemli yordayıcı etkisi olduğu söylenebilir. Bireylerin iş tatmini üzerinde karanlık kişilik özellikleri ile örgütsel sinizmin olumsuz etkiye neden olduğu belirtilebilir. İş tatmininin artması diğer pozitif örgütsel çıktılar ile pozitif yönde ilişkili olduğu için çalışanların iş tatminlerini artırmaya yönelik düzenlemeler yapılması örgütlerin temel hedefleri arasında olmalıdır. Ayrıca kişi-örgüt uyumu son derece önemlidir. Örgüt kültürü ve iklimi ile uyumlu olabilecek bireyler istihdam edilmelidir.

Anahtar kelimeler: Spor örgütü, karanlık kişilik, karanlık üçlü, örgütsel sinizm, iş tatmini

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP AMONG DARK PERSONALITY, ORGANIZATIONAL CYNICISM, AND JOB SATISFACTION IN SPORTS ORGANIZATIONS

Abstract: The article aims to investigate the relationship among dark triad, organizational cynicism and job satisfaction in sports organizations. The research is designed with a relational survey model which is one of the qualitative research methods. The research group consists of 122 employees (45 females, 77 males) working in Karaman and Mersin Youth Services and Provincial Directorate of Sports, selected with convenience sampling method, one of the non-random sampling methods. As data collection tools, Personal Information Form, Dark Triad Dirty Dozen (Özsoy et al., 2017), Organizational Cynicism Scale (Karacaoğlu and İnce, 2012), and Job Satisfaction Scale (Özsoy and Ardıç, 2017) were used. SPSS 22 package program was used to analyze the data. For the normality of the data, skewness and kurtosis values were taken into consideration and the data were found

*Bu çalışma, 21-24 Mart 2019 tarihlerinde Manisa'da düzenlenen II. Dünya Spor Bilimleri Araştırmaları Kongresi'nde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

to have a normal distribution. Pearson correlation analysis and multiple regression analysis were used to analyze the data. Upon analyzing the data concerning job satisfaction and organizational cynicism scales, it has been determined that there is a low-scale correlation in the negative direction between cognitive ($r=-.217$, $p.05$) and behavioral ($r=-.272$, $p.05$) sub-dimensions and that there is a medium-scale correlation in the negative direction between the emotional sub-dimension of organizational cynicism and job satisfaction scales ($r=-.434$, $p.05$). It was also seen that the three sub-dimensions of job satisfaction and dark triad scales, machiavellianism ($r=-.316$, $p.05$), psychopathy ($r=-.321$, $p.05$), and narcissism ($r=-.442$, $p.05$), have a medium-scale correlation in the negative direction. Accordingly, it has been determined that there is a low-scale correlation in the positive direction between the emotional sub-dimension of organizational cynicism and the two sub-dimensions of dark triad scale: psychopathy ($r=.269$, $p=0.05$). and narcissism ($r=.186$, $p=0.05$). Also that there is a low-scale correlation in the positive direction between the behavioral sub-dimension of organizational cynicism and narcissism sub-dimensions of dark triad scale ($r=.185$, $p=0.05$). Additionally, according to multiple regression analysis the sub-dimensions of both the organizational cynicism (cognitive-emotional-behavioral) and dark triad (machiavellianism, psychopathy, narcissism) scales have shown a significant and medium-level correlation with job satisfaction ($R=0.579$, $R^2=0.335$, $p<.000$). the test has proved that the emotional sub-dimension of organizational cynicism and the narcissism sub-dimension of dark triad scale have significant effects on job satisfaction ($p<.05$). Consequently, when the other variables in the model are constant, a one-unit increase in emotional sub-dimension result in a 0.381-unit decrease in job satisfaction. Similarly, a one-unit increase in the narcissism sub-dimension results in a 0.341-unit decrease in job satisfaction. It can be concluded that individual personality traits and organizational environment have a significant predictor effect on job satisfaction levels of the sports organization employees. Job satisfaction levels are affected negatively by dark personality traits and organizational cynicism. As increasing job satisfaction is positively correlated with other positive organizational outputs, organizations should try to increase the job satisfaction levels among employees and should make necessary arrangements to this end. Finally, the harmony between the individuals and the organization is crucial. The organizations should make a point to employ individuals who can be compatible with the organizational culture and environment.

Keywords: Sports organization, dark personality, dark triad, organizational cynicism, job satisfaction.

GİRİŞ

Örgütlerde negatif oluşumlar negatif çıktılar ile doğru orantılıdır. İlimli örgüt iklimi, çalışanların motivasyonlarını ve iş tatminlerini artıran bir zemin hazırlar. Örgütsel davranış alanında negatif konulardan birisi olan örgütsel sinizmin olumsuz örgütsel çıktılarda doğrusal yönde ilişki içerisinde olduğu gözlenmektedir. Yine negatif konulardan olan karanlık kişilik özellikleri de olumsuz bir nitelik ortaya koymaktadır. Bu iki değişkenin iş tatmini gibi örgütsel davranışın pozitif değişkenlerinden birisi ile ilişkisini incelemek araştırmamızın temel amacını oluşturmaktadır.

Karanlık Üçlü

Türkçe literatürde görece yeni olmakla birlikte, son zamanlarda araştırılan konulardan birisi de negatif kişilik özelliklerine sahip çalışanlardır. Özellikle; makyavelist, psikopatik ve narsist kişileri tarif etmeye yarayan “karanlık üçlü” araştırmalarının, örgütsel sonuçları nasıl ve ne düzeyde etkilediğine yoğunlaşmıştır. Küreselleşmenin rekabeti artırması, çalışan davranışlarına bazı durumlarda olumsuz olarak yansımaktadır. Örneğin; bireylerin kendi tarafına fayda sağlama amaçlı olarak karşı tarafı manipüle etme eğilimlerinin artması, bilgilerini paylaşmamaları hem ilgili taraf hem örgüt için çeşitli kayıpların zeminini hazırlamaktadır.

Bireyin doğuştan getirdiği veya daha sonradan kazandığı ve onu diğerlerinden ayıran özelliklerin birleşimi kişilik olarak ifade edilmektedir. Kişiliğin oluşumunda genetik etkenler ile beraber aile ve sosyo-kültürel ortam da etkili olmaktadır (Uçkun ve ark., 2018:140). Literatürde son zamanlarda ilgi gören konulardan birisi de “karanlık kişilik” kavramıdır. Kişiliğin karanlık yönü, negatif kişilik özelliklerine ve kişilik bozukluğuna vurgu yapar. Bireylerin güç ve statü elde etme hırsları ile bireysel çıkarlarının diğer değerlerinin önüne geçmesi bireylerin karanlık kişilik özelliklerini körüklemektedir. Karanlık kişilik özelliklerine

sahip bireylerin davranışlarının, görev yaptıkları kurumda da örgütsel yansımaları araştırma alanlarındandır (Kanten ve ark., 2015). Karanlık kişilik özelliklerine sahip bireyler toplumsal ve örgütsel açıdan olumsuz tutum ve davranışlar sergilerler. Olumsuz kişilik özelliğine sahip bireyler ile karşılaşmak kaçınılmaz olmakla birlikte, örgütsel süreçlerdeki olumsuz etkilerini en aza indirmek örgütlerin başarısı açısından önemlidir (Kanten ve ark., 2015:367). Karanlık kişilik kavramı literatürde narsizm, makyavelizm ve psikopati kavramları ile ele alınmaktadır. Bu üç yapının ortak özellikleri; bencil olmak, çıkar odaklı olmak, manipülasyona başvurmak olarak sıralanabilir (Özsoy ve Ardıç, 2017:393). Diğer yandan karanlık üçlü ve saldırganlık arasında da güçlü bir ilişkiden bahsedilmektedir. Öyle ki bu ilişki günümüzde siber saldırganlık ve karanlık kişilik özellikleriyle de ilişkilendirilmektedir (Gammon, Converse, Lee ve Griffith, 2011; Gibb ve Devereux, 2014). Karanlık kişilik özellikleri, üç temel başlıkta aşağıdaki gibi incelenmektedir.

- **Narsizm:** Alanyazında narsizm kavramına negatif özellikler atfedilmekte ve psikolojik bir bozukluk olarak değerlendirilmektedir. Narsist kişiler çevrelerinde diğer bireyler için sorun yaratabilirler (Uçkun ve ark., 2018:140). Narsizm, kişinin bazı özelliklere sahip olmaması nedeniyle karşılanamayan psikolojik gereksinimlerin bastırılması amacıyla, bireyin kendi inşa ettiği abartılmış benliğini ifade etmede kullanılan bir kavramdır. Narsistler, kendilerini had safhada beğenen, başkalarını küçümseyen, diğer insanları kontrol altında tutmaya çalışan, güç odaklı olan, kendilerine ilgi duyulmasından çok hoşlanan bireyler olarak karşımıza çıkmaktadır (Özsoy ve Ardıç, 2017:394). İnsanların kendilerini beğenmesi ve ön planda tutması narsistler için çok önemlidir. Aslında kişinin kendini değerli görme ihtiyacı normal ve sağlıklı bireyler için beklenen bir durumdur. Ancak narsistler, olduğundan daha ileri boyutta, gerçek dışı bir benlik inşa ederler, bu öz-hayranlık yoluyla da egolarını tatmin etmeye çalışırlar (Özsoy, 2019:195). Narsist kişilik, günümüz dünyasındaki değişim ve gelişmeler nedeniyle gittikçe yaygınlaşmaktadır. İnsanlar empati kurmamakta ve bireysel çıkarlarını ön planda tutmaktadır. Dolayısıyla bireyler diğerlerine karşı üstünlük sağlama ve buldukları ortamda güç elde etmek istemekte, bencil davranmakta, kendilerini olduğundan fazla önemsemektedir. Günümüzde gerek iş yaşamında gerekse işyeri ortamında narsistik özellikler sergileyen bireyler çoğalmaktadır. Hatta bazı örgütler; narsizmin normal düzeyde olması durumunda çalışanların daha başarılı olabileceği, yönetici pozisyonlarda görev alabileceğini iddia etmektedir (Kanten, 2014). Narsist kişiler gerek özel yaşamlarında gerekse iş hayatlarında, stratejik önemi olan bir konuma ulaşabilmek için çaba gösterirler (Kanten ve ark., 2015:369).
- **Makyavelizm:** Makyavelist bireyler iş ve sosyal yaşamlarında güç ve statü elde etmek amacıyla etik dışı tutum ve davranışlar sergilerler (Kanten ve ark., 2015:369). Makyavelistler güç ve şahsi çıkar odaklı hareket ederler. Kendilerine fayda sağlama amaçlı olarak bilinçli ve sistematik şekilde bireyleri/olayları yönlendirebilmektedirler. Kişisel amaçlarına ulaşmak için yeri geldiğinde yalan, hile, kurnazlık, sinsilik, hırsızlık gibi ahlaki olmayan davranışlarda bulunabilmektedirler. Amaçlarına ulaşabilmek için kendisi hakkında olumsuz algı oluşturabilecek bilgileri paylaşmaktan kaçınma, insanları hem sosyal hem örgütsel yaşamda kendi çıkarları doğrultusunda kullanma eğilimleri vardır. Ancak, bu davranışlarının kısa vadede negatif olarak yorumlanması zordur, çünkü ustaca yalan söylerler ve duygu sömürsü yaparlar, politik davranırlar (Özsoy, 2019:196). Gerektiğinde yalan söyleme, hile ve aldatmaya başvurma, diğer insanları veya mevcut durumu manipüle etmeye çalışmak, bencil ve çıkarıcı olmak aslında birçok birey tarafından sergilenebilmektedir. Bu özelliklere büyük oranda sahip kişinin Makyavelizm tanımına uyduğu söylenebilir (Özsoy ve Ardıç, 2017:396), diğer deyişle

söz konusu davranışsal örüntüleri, bilinçli, amaçlı, planlı ve kontrollü şekilde sergilemesi gerekmektedir (Özsoy, 2019:195).

- **Psikopati:** Karanlık kişilik özelliklerinden bir diğeri psikopatidir. Psikopatlar genel olarak acımasız, duyarsız ve saldırgan davranışlar sergilerler, ayrıca insan ilişkilerinde bencildirler ve yüzeysel davranırlar (Özsoy ve Ardiç, 2017:396). Psikopati genel olarak anti-sosyal kişilik bozukluğunun daha ağır bir halidir. Yok denecek kadar az empati duygusuna sahiptirler, hile yapma eğilimleri vardır, kendi çıkarları için başkalarını sömürebilme gibi özelliğe sahiptirler, ayrıca arzularını anında tatmin etme ihtiyacı içerisindeyler (Murat ve Börü, 2019:130).

Karanlık kişilik konusunda yapılmış araştırmalara örnekler; makyavelizmin kişilik eğilimi algıları ile yaşamın anlamı ve yaşam doyumu ilişkisi (Ayan, 2017); karanlık liderliğin örgütsel bağlılık ve örgütsel sessizlik üzerine etkisi (Ballı ve Çakıcı, 2016); karanlık kişilik ve tükenmişlik (Özsoy, 2019); karanlık üçlünün yöneticilerin sosyal güç kullanımına etkilerinin incelenmesi (Bolelli, 2018); karanlık üçlünün örgütsel muhalefete etkisi (Özdemir ve Atan, 2018); karanlık kişilik ile üretkenlik karşıtı iş davranışları ve psikolojik sözleşme (Kanten ve ark., 2015); narsist kişilik ile örgütsel vatandaşlık ve örgüt iklimi ilişkisi (Kanten, 2014) olarak verilebilir. Genel olarak; olumsuz örgütsel çıktılarla pozitif yönde, olumsuz örgütsel çıktılarla ise negatif yönde ilişkilidir.

Örgütsel Sinizm

Sinizm, çalışanların örgütlerine karşı; kızgınlık, güvensizlik, hayal kırıklığı ve ümitsizlik gibi olumsuz duygular beslemesi olarak tanımlanmaktadır (Tayfun ve Çatır, 2014). Davis ve Gardner'in (2004) aktardığına göre; örgütsel sinizm, çalışanın kendi örgütü hakkında sahip olduğu bir tutumdur. Bireyin örgüte yönelik inanç, etki ve davranış eğilimlerinden oluşur (Ajzen, 1994; Breckler, 1984). Örgütsel sinizm inancı olan kişiler, örgütlerinin dürüstlük, samimiyet ve adaletten yoksun olduğuna inanırlar. Bu inançlara öfke ve küçümseme gibi olumsuz duygular eşlik eder. Örgütsel sinizmin diğer örgütsel değişkenler ile ilişkisini inceleyen araştırmalar incelendiğinde Reichers, Wanous ve Austin'e (1997) göre sinizm iş tatmini ve örgütsel bağlılıkla negatif yönde ilişkili iken yakınma ile pozitif yönde ilişkilidir. Andersson ve Bateman'a (1997) göre ise örgütsel sinizm örgütsel vatandaşlık davranışlarında bulunma niyetleriyle negatif ilişkilidir. Abraham (2000) örgütsel sinizmin iş tatminsizliği ve yabancılaşma ile pozitif ilişkili olduğunu ve örgütsel bağlılık ve örgütsel vatandaşlık davranışlarıyla olumsuz yönde ilişkili olduğunu ortaya koymuştur.

Örgütsel sinizmin; üç boyutu vardır. **Bilişsel boyutu** örgütteki uygulamaların adalet, içtenlik ve dürüstlükten yoksun olduğuna ve ahlaksız davranışların norm haline geldiğine dair inanç oluşturmaktadır. Çalışanlar yöneticilerin yöneticilik yeteneklerinin olmadığına inanırlar ve örgütle ilgili karamsar düşüncelere sahiptirler. Örgütsel sinizmin **duygusal boyutu** sinizmin hissedilen de bir şey olduğuna vurgu yapar. Örgüte yönelik öfke, utanç, kızgınlık, hayal kırıklığı, şüphe, üzüntü, nefret, hatta tiksinti ve utanç duyma gibi olumsuz duygular oluşturmaktadır. **Davranışsal boyut** ise, olumsuz ve genellikle kötüleme yönündeki davranışsal eğilimi ifade eder. Örgüte yönelik aşağılayıcı sözler söyleme ve eleştirel davranışlar sergileme eğilimi anlamına gelmektedir. Örgütsel sinikler, çalışma arkadaşlarını küçük düşürücü davranışlarda ve söylemlerde bulunurlar, alaycı bakışma ve gülüşme gibi olumsuz davranışlar sergilerler (Dean ve ark., 1998).

Örgütsel sinizm literatürde; örgütsel vatandaşlık davranışı (Erdoğan ve Bedük, 2013); lider-üye etkileşimi (Davis ve Gardner, 2004, Kanbur ve Kanbur, 2015), iş performansı ile örgütsel

özdeşleşme (Şantaş ve ark., 2016); örgütsel destek ve örgütsel özdeşleşme (Kerse ve Karabey, 2017); örgütsel bağlılık ile örgütsel muhalefet (Yıldız, 2013); intikam (Gullu, 2018), örgütsel destek (Kasalak ve Aksu, 2014); iş performansı (Çakıcı ve Doğan, 2014); okul yöneticilerin etik liderlik davranışları (Doğan ve Uğurlu, 2014); işgören sessizliği (Karacaoğlu ve Küçükköylü, 2015); yöneticilerin kullandığı güç kaynakları (Altınkurt ve ark., 2014); mobbing ile örgütsel sessizlik (Kalay ve ark., 2014); tükenmişlik (Özler ve Atalay, 2011); ast-üst ilişkileri ile performans (Neves, 2012); örgütsel vatandaşlık davranışı (Wilkerson ve ark., 2008); örgütsel değişim (Qian ve Daniels, 2008:319); algılanan örgütsel destek ve performans (Byrne ve Hochwarter, 2008); psikolojik sözleşme ihlali (Johnson ve Kelly, 2003); adalet ve bağlılık (Bernerth ve ark., 2007); iş tatmini (Arabacı, 2010) gibi değişkenler ile ilişkilendirilerek incelenmiştir.

İş Tatmini

İş tatmini, iş veya iş deneyimleri sonucu ortaya çıkan memnuniyet / hoşnutluk veya olumlu bir duygusal durum olarak tanımlanabilir (Locke, 1976, s.1300). İş tatmininin öncülleri ile ilgili yapılan araştırmalara göre; iş karmaşıklığı, örgütsel iklim, adalet algısı gibi örgütsel değişkenleri iş tatminini etkilemektedir (Schleicher, Hansen ve Fox, 2010; Akt: Chiaburu ve ark, 2013:185).

Karanlık Kişilik-Sinizm İlişkisi

Karanlık kişilik özelliklerine sahip çalışanların örgütsel sinizmi ne düzeyde etkilediğini ölçmek için gerçekleştirilen bir araştırmaya göre, karanlık kişiliğin üç alt boyutunun da (narsisizm, makyavelizm, psikopati) örgütsel sinizm üzerinde istatistiki olarak anlamlı etkisinin olduğu ortaya konulmuştur (Murat ve Börü, 2017).

Psikopati ile sinizm ilişkisini inceleyen bir araştırmaya göre ise; çalışanların yöneticilerine ilişkin algıladıkları psikopati özelliklerinin, sergiledikleri örgütsel sinizm davranışının 3 faktörü üzerinde de (bilişsel sinizm, duygusal sinizm, davranışsal sinizm) etkisi olduğu ancak en yüksek etkinin duygusal sinizm boyutu üzerine olduğu saptanmıştır (Murat ve Börü, 2019).

Karanlık Kişilik-İş Tatmini İlişkisi

Karanlık Üçlü'nün (subklinik narsisizm, makyavelizm ve subklinik psikopati) iş tatminine etkisinin incelendiği bir araştırmanın sonuçlarına göre, narsisizm, makyavelizm ve psikopati ile iş tatmini arasında negatif yönde ilişki bulunmuştur. narsisizm alt boyutu, makyavelizm ve psikopatiye kıyasla, iş tatmini ile daha zayıf düzeyde ilişkilidir. Çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre ise yalnızca psikopati alt boyutu iş tatminini negatif yönde etkilemiştir (Özsoy ve Ardıç, 2017).

Sinizm-İş Tatmini İlişkisi

Araştırmacılar örgütsel sinizm ile iş tatmini arasında negatif yönlü ilişki bulmuşlardır (Eaton, 2000; Wanous ve ark, 1994; Akt: Chiaburu ve ark, 2013:185). Örgütsel destek ve adalet eksikliği ile ilgili algının zayıf olması nedeniyle oluşan örgütsel sinizm, iş tatmininin güçlü bir yordayıcısı olabilmektedir (Colquitt ve ark., 2001; Riggles ve ark, 2009; Akt: Chiaburu ve ark, 2013:185).

Yukarıdaki literatür bilgisinden hareketle araştırmamızın hipotezleri aşağıdaki gibi oluşturulmuştur.

H1: Narsist kişilik özelliğinin iş tatmini üzerinde negatif yönde etkisi vardır.

H2: Psikopatik kişilik özelliğinin iş tatmini üzerinde negatif yönde etkisi vardır.

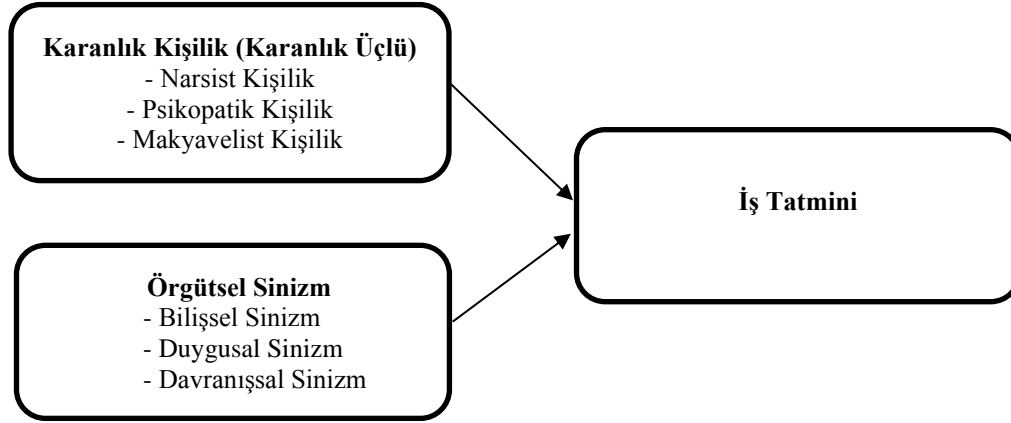
H3: Makyavelist kişilik özelliğinin iş tatmini üzerinde negatif yönde etkisi vardır.

- H4: Bilişsel sinizmin iş tatmini üzerinde negatif yönde etkisi vardır.
H5: Duygusal sinizmin iş tatmini üzerinde negatif yönde etkisi vardır.
H6: Davranışsal sinizmin iş tatmini üzerinde negatif yönde etkisi vardır.

GEREÇ ve YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Bu çalışma, nicel araştırma yöntemlerinden betimsel ve ilişkisel tarama modelinde desenlenmiştir.



Şekil 1. Araştırma Modeli

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu, seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden kolayda örnekleme yöntemiyle belirlenen, Mersin ve Karaman Gençlik ve Spor il Müdürlüklerinde görev alan 45 kadın, 77 erkek toplam 122 Gençlik ve Spor il Müdürlüğü çalışanından oluşmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu ile Karanlık Üçlü Ölçeği, İş Tatmini Ölçeği ve Örgütsel Sinizm Ölçeği kullanılmıştır.

- **Karanlık Üçlü Ölçeği (Dark Triad Dirty Dozen):** Jonason ve Webster (2010) tarafından geliştirilen, Özsoy ve ark., (2017) tarafından Türkçe'ye uyarlanan ölçek, 12 madde ve 3 faktörden oluşmaktadır. Ölçme aracı sırasıyla subklinik narsisizm (4 madde; $\alpha=.887$), makyavelizm (4 madde; $\alpha=.928$) ve subklinik psikopati (4 madde; $\alpha=.748$) alt boyutlarından oluşmaktadır.
- **Örgütsel Sinizm Ölçeği:** Brandes ve ark., (1999) tarafından geliştirilen ölçek, Karacaoğlu ve İnce (2012) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçek, bilişsel (5 madde; $\alpha=.829$), duygusal (4 madde; $\alpha=.955$) ve davranışsal (4 madde; $\alpha=.811$) olmak üzere üç faktörden oluşmaktadır.
- **İş Tatmini Ölçeği:** İş tatminini ölçmek için Brayfield ve Rothe (1951) tarafından geliştirilmiş genel iş tatmini ölçeğinin, 5 maddelik ($\alpha=.792$) Türkçe versiyonu Özsoy ve Ardıç (2017) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçme aracı tek faktör ve 5'li Likert yapıdan oluşmaktadır.

Verilerin Analizi

Elde edilen verilerin analizinde SPSS 22 paket programı kullanılmıştır. Verilerin normalliğinin sınanmasında basıklık ve çarpıklık değerleri dikkate alınmıştır. Parametrik verilerin kıyaslanmasında T testi, korelasyon testi, çoklu regresyon analizi uygulanmıştır. Anlamlılık düzeyi 0.05 seviyesinde kurgulanmıştır.

BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde istatistiksel analizler neticesinde elde edilen bulgulara ilişkin tablo ve yorumlara yer verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcılara İlişkin Kişisel Bilgiler

| Değişkenler | Sayı | % | Toplam | \bar{X} | Ss | En Az | En Çok |
|----------------------------------|---------------------|------|--------|-----------|--------|-------|--------|
| Cinsiyet | Kadın | 45 | 36.9 | 122 | | | |
| | Erkek | 77 | 63.1 | | | | |
| Medeni Durum | Evli | 87 | 71.3 | 122 | | | |
| | Bekâr | 35 | 28.7 | | | | |
| Eğitim Seviyesi | İlköğretim | 16 | 13.1 | 122 | | | |
| | Lise | 28 | 23.0 | | | | |
| | Ön Lisans | 13 | 10.7 | | | | |
| | Lisans | 61 | 50.0 | | | | |
| Kurumdaki çalışma şekli | Lisansüstü | 4 | 3.3 | 122 | | | |
| | Kadrolu | 96 | 78.7 | | | | |
| | Sözleşmeli | 26 | 21.3 | | | | |
| Personelin işyerindeki pozisyonu | Üst düzey yönetici | 4 | 3.3 | 122 | | | |
| | Orta düzey yönetici | 16 | 13.1 | | | | |
| | Uzman/Uzman Yrd. | 12 | 9.8 | | | | |
| | Eğitim personeli | 8 | 6.6 | | | | |
| | Büro personeli | 39 | 32.0 | | | | |
| Genel Hizmetler | 43 | 35.2 | | | | | |
| Yaş | | | 122 | 36.13 | 7.44 | 20 | 56 |
| Gelir | | | 122 | 2696.54 | 859.93 | 1600 | 5500 |
| Çalışma yılı | | | 122 | 7.02 | 5.08 | 1 | 32 |

Tablo 1’de katılımcılara ilişkin kişisel bilgiler sunulmuştur. Çalışma şekli açısından incelendiğinde katılımcıların %78.7’sinin kadrolu çalışan olduğu görülmektedir. Çalışma yılı açısından bakıldığında ise ortalama 7.02 (± 5.08) yıl çalışma süresine sahip oldukları tespit edilmiştir.

Tablo 2. İş Tatmini Ölçeği, Karanlık Üçlü Ölçeği ve Örgütsel Sinizm Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki Korelasyon Testi Sonuçları

| Değişkenler | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|---------------|---|---|-------|-------|--------|--------|--------|--------|
| 1-Bilişsel | r | 1 | .582* | .621* | -.217* | .018 | .129 | .088 |
| 2-Duygusal | r | | 1 | .547* | -.434* | .159 | .269* | .186* |
| 3-Davranışsal | r | | | 1 | -.272* | .155 | .125 | .185* |
| 4-İş tatmini | r | | | | 1 | -.316* | -.321* | -.442* |
| 5-Makyavelizm | r | | | | | 1 | .733* | .460* |
| 6-Psikopati | r | | | | | | 1 | .534* |
| 7-Narsisizm | r | | | | | | | 1 |

*p<.05

İş tatmini ölçeği ile örgütsel sinizm ölçeği bilişsellik ($r=-.217$, $p.05$) ve davranışsal ($r=-.272$, $p.05$) alt boyutları arasında negatif yönde düşük düzeyde ilişki tespit edilirken; duygusal ($r=-.434$, $p.05$) alt boyutu negatif yönde orta düzeyde ilişki tespit edilmiştir ($r=-.434$, $p.05$). Ayrıca iş tatmini ölçeği ile karanlık üçlü ölçeği alt boyutlarından makyavelizm ($r=-.316$, $p.05$), psikopati ($r=-.321$, $p.05$) ve narsisizm ($r=-.442$, $p.05$) arasında negatif yönde orta düzeyde ilişki gözlemlenmiştir. Bununla birlikte örgütsel sinizmin duygusal alt boyutu ile karanlık üçlü ölçeği alt boyutlarından psikopati ve narsisizm arasında ise pozitif yönde düşük düzeyde ilişki tespit edilmiştir.

Tablo 3. İş Tatminin Yordanmasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

| Değişkenler | B | Standart Hata B | β | t | p | İkili r | Kısmi r |
|-------------|-------|-----------------|--------------|--------|-------------|---------|---------|
| Sabit | 5,052 | ,257 | - | 19,666 | ,000 | - | - |
| Bilişsel | ,030 | ,100 | ,032 | ,304 | ,762 | -,217 | ,028 |
| Duygusal | -,328 | ,087 | -,381 | -3,786 | ,000 | -,434 | -,333 |
| Davranışsal | -,005 | ,091 | -,005 | -,051 | ,960 | -,272 | -,005 |
| Makyavelizm | -,149 | ,116 | -,148 | -1,282 | ,202 | -,316 | -,119 |
| Psikopati | ,071 | ,127 | ,068 | ,554 | ,580 | -,321 | ,052 |
| Narsisizm | -,303 | ,081 | -,341 | -3,724 | ,000 | -,442 | -,328 |

R=0.579, $R^2=0.335$
F₍₆₋₁₁₅₎= 9.670, p=0.000

Örgütsel sinizm ve karanlık üçlü ölçekleri alt boyutlarının iş tatmininin yordanmasına ilişkin regresyon analizi sonuçları Tablo 3'te verilmiştir.

Örgütsel sinizm (bilişsel-duygusal-davranışsal) ve karanlık üçlü ölçekleri (makyavelizm-psikopati-narsisizm) alt boyutları, iş tatmini ile orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki göstermektedir ($R=0.579$, $R^2=0.335$, $p<.000$). Modelin açıklama gücü olarak ifade edilen R^2 değeri iş tatminindeki değişkenliğin yaklaşık %34'ünün modelde yer alan bağımsız değişkenler tarafından yordandığı şeklinde yorumlanır. Bu değer orta düzey bir açıklama oranı olarak ifade edilebilir. Bağımsız değişkenler tarafından açıklanamayan varyanslar ise iş tatminini etkileyen başka bağımsız değişkenler olabileceğinin göstergesi olarak ifade edilebilir.

Sabit terim altında yer alan satırlarda regresyon modeline dahil edilen bağımsız değişkenlerin Beta katsayıları ve anlamlılık düzeyleri sunulmuştur. Analiz sonuçlarına göre sadece Örgütsel sinizm alt boyutlarından *Duygusal* ile Karanlık üçlü ölçeği alt boyutlarından *Narsisizm* iş tatmini üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu söylenebilir ($p<.05$). Dolayısıyla modeldeki diğer değişkenler sabit tutulduğunda duygusal alt boyutundaki bir birimlik artışın, iş tatmini üzerinde 0,381 birimlik azalışa neden olacağı söylenebilir. Benzer şekilde Narsisizm alt boyutundaki bir birimlik artış ile iş tatmini üzerinde 0,341 birimlik azalış görüleceği ifade edilebilir (Standardize beta katsayısının işareti negatif yöndedir). Dolayısıyla H1 ve H5 hipotezleri kabul edilmiş, diğer hipotezler ise reddedilmiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Profesyonel iş yaşamında birbirleri ile sürekli etkileşimde bulunan bireylerin birbirlerinin pozitif veya negatif tutum, huy veya davranışlarından etkilenmeleri kaçınılmazdır. Araştırmamızda elde edilen bulgulara göre, spor örgütlerinde çalışanların iş tatmin düzeyleri üzerinde, bireylerin kişilik yapıları ile örgüt ortamının önemli yordayıcı etkisi olduğu söylenebilir. Bireylerin iş tatmini üzerinde karanlık kişilik özellikleri ile örgütsel sinizmin

olumsuz etkiye neden olduğu belirtilebilir. Alanyazın araştırmalarında iş ortamlarında özellikle yöneticiler arasında makyavelizm, narsisizm ve psikopati gibi Karanlık kişilik özelliklerinin varlığı bilinmektedir (Kabat, 2019). Böyle bir durumun varlığı bireylerin örgüt ortamlarında çalışma koşullarını etkileyebilecektir. Mevcut araştırma sonuçlarına benzer bir araştırmada, Özsoy ve Ardıç (2017:401), subklinik psikopatinin, subklinik narsisizm ve makyavelizme oranla, iş tatminini daha olumsuz etkilediği bulgusuna ulaşmışlardır. Karanlık Üçlü bileşenlerinin her birinin iş tatmini ile negatif yönde ilişkilendiği, ancak narsisizmin diğerlerine göre iş tatmini ile daha düşük düzeyde ilişkilendiği tespit edilmiştir. Çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre, subklinik psikopati, iş tatminini negatif yönde etkilerken diğer iki boyut iş tatminini etkilememektedir (Özsoy ve Ardıç, 2017:401).

İş ortamlarında karanlık özelliklere ilişkin eğilimler olduğu alanyazın araştırmalarıyla desteklenmektedir. Araştırma sonuçları olumsuz kişilik özellikleri ve davranışlar sergileyen çalışanların iş ortamlarında verimli olamayacağını göstermektedir (Spain, Harms ve LeBreton, 2014; Spurk, Keller ve Hirschi, 2015). Karanlık liderlik ile örgütsel bağlılık ve örgütsel sessizlik arasındaki ilişkiyi ölçmeye yönelik araştırmanın sonuçlarına göre; karanlık liderlik ile örgütsel bağlılık arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu ve karanlık liderlik ile örgütsel sessizlik arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür. Diğer deyişle, karanlık liderlik arttıkça, çalışanların örgütsel bağlılıklarının azalmakta ve örgütsel sessizlikleri artmaktadır (Ballı ve Çakıcı, 2016:177). Karanlık kişilik özelliklerinin tükenmişlik üzerine etkisinin incelendiği bir araştırmaya göre; algılanan psikopati çalışanların tükenmişliğini pozitif etkilerken makyavelizm ve narsisizm tükenmişliği etkilemediği tespit edilmiştir (Özsoy, 2019).

Karanlık taraf aslında bir hastalık olmaktan ziyade, yöneticinin takım kurmak, iş birliklerini şekillendirmek ve planlarına ve hedeflerine ulaşma stratejilerinde onu sekteye uğratan kusurlar olarak düşünülebilir. Kişiliğin karanlık yönü az veya çok herkeste bulunur. Önemli olan bunun bilincinde olmak ve bunu avantaja çevirebilmek diğer deyişle yönetebilmektir. Gerek liderlerin gerekse diğer çalışanların bu karanlık kişilik özelliklerini tespit etmeye ve yönetmeye çalışmaları, örgüt ile çalışanlarının başarısızlığını önlemede önemli olmaktadır (Ballı ve Çakıcı, 2016:177,178).

Örgütlerde yaşanan sinizm davranışının hem bireysel hem de örgütsel açıdan olumsuz sonuçları nedeniyle, sinizm duygusunu azaltılmasında yöneticilere önemli görevler düşmektedir. Yöneticilerin örgütsel sinizm tutumunu azaltmaya yönelik çabalarında, en başta kendi kişilik özelliklerini de dikkate alarak hareket etmesinin, örgütsel performans açısından olumlu bir etki yaratacağını söylemek yanlış olmayacaktır. Diğer deyişle, yönetici – eğer başarabilirse – kendi karanlık taraflarını iş ortamında bastırma yoluna giderek, meydana gelebilecek sinizm davranışlarını belli bir oranda azaltabilecektir. Karanlık kişilik özelliklerine sahip çalışanlar, hırslarından dolayı iş hayatında çok iyi pozisyonlara gelebilir ve örgüt için bazen faydalı olabilirler. Fakat örgütlerde, psikopati gibi karanlık kişilik özelliklerine sahip kişiler, özellikle üst-orta düzey yönetici konumunda bulunuyorlarsa, bu kişilerin bazı olumsuz davranışlarını önleyecek danışmanlarla (yardımcılarla) birlikte çalıştırılması, bu sebeple oluşacak sinik davranışların önlenmesinde etkili olabilir (Murat ve Börü, 2019). Alanyazın araştırmaları karanlık kişilik yapısı ile saldırganlık arasında bir ilişkiyi bahsetmektedir (Gammon, Converse, Lee ve Griffith, 2011; Gibb ve Devereux, 2014; Pabian, De Backer ve Vandebosch, 2015). Bu durumda karanlık kişilik özellikleri ile saldırganlık tutumları arasındaki ilişkinin varlığı bireylerin örgütsel uyumlarında da sorunlar oluşturabilecektir.

Bireylerin iş tatmini üzerinde karanlık kişilik özellikleri ile örgütsel sinizmin olumsuz etkiye neden olduğu belirtilebilir. İş tatmininin artması diğer pozitif örgütsel çıktılar ile pozitif yönde

ilişkili olduğu için çalışanların iş tatminlerini artırmaya yönelik düzenlemeler yapılması örgütlerin temel hedefleri arasında olmalıdır. Ayrıca kişi-örgüt uyumu son derece önemlidir. Örgüt kültürü ve iklimi ile uyumlu olabilecek bireyler istihdam edilmelidir.

KAYNAKLAR

- Abraham, R. (2000). Organizational Cynicism: Bases And Consequences. *Genetic, Social, And General Psychology Monographs*, 126(3), 269.
- Ajzen, I. (1994). Attitudes. In R. J. Corsini (Ed.), *Encyclopedia of Psychology* (2nd Ed.) (Pp. 114–116). New York: Wiley.
- Altinkurt Y., Yılmaz, K., Erol, E., Salalı E.T.. (2014). Okul Müdürlerinin Kullandığı Güç Kaynakları ile Öğretmenlerin Örgütsel Sinizm Algıları Arasındaki İlişki. *Journal of Teacher Education And Educators*, 3(1), 25-52.
- Andersson, L. M., Bateman, T. S. (1997). Cynicism in the Workplace: Some Causes And Effects. *Journal of Organizational Behavior*, 18, 449–460.
- Arabacı, I. B. (2010). The Effects of Depersonalization and Organizational Cynicism Levels on the Job Satisfaction of Educational Inspectors. *African Journal of Business Management*, 4(13), 2802-2811.
- Ayan, A. (2017). Makyavelist Kişilik Eğilimi Algılarının Yaşamın Anlamı ve Yaşam Doyumu Üzerine Etkisi. *Yönetim ve Ekonomi: Celal Bayar Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 24(1), 53-72.
- Ballı, E., Çakıcı, A. (2016). Karanlık Liderliğin Örgütsel Bağlılık ve Örgütsel Sessizlik Üzerine Etkisi: Otel Çalışanları Üzerinde Bir Araştırma. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 25(3), 167-180.
- Bernerth, J. B., Armenakis, A. A., Feild, H. S., Walker, H. J. (2007). Justice, Cynicism, and Commitment: A Study of important organizational change variables. *The Journal of Applied Behavioral Science*, 43(3), 303-326.
- Bolelli, M. (2018). Karanlık Üçlünün (Narsisizm, Makyavelizm ve Psikopati) Yöneticilerin Sosyal Güç Kullanımına Etkilerinin İncelenmesi. 6. *Örgütsel Davranış Kongresi*. 101-118.
- Brandes, P., Dharwadkar, R., Dean, J. W., (1999). Does organizational cynicism matter? Employee and supervisor perspectives on work outcomes. *Eastern Academy of Management Proceedings*, 150-153. Outstanding Empirical Paper Award.
- Brayfield, A. H., Rothe, H. F. (1951). An index of job satisfaction. *Journal of Applied Psychology*, 35, 307-311.
- Breckler, S. J. (1984). Empirical Validation of Affect, Behavior, and Cognition as Distinct Components of Attitude. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 307–311.
- Byrne, Z. S., Hochwarter, W. A. (2008). Perceived Organizational Support and Performance: Relationships Across Levels of Organizational Cynicism. *Journal of Managerial Psychology*, 23(1), 54-72.
- Chiaburu, D. S., Peng, A. C., Oh, I. S., Banks, G. C., Lomeli, L. C. (2013). Antecedents and Consequences of Employee Organizational Cynicism: A Meta-Analysis. *Journal of Vocational Behavior*, 83(2), 181-197.
- Colquitt, J. A., Conlon, D. E., Wesson, M. J., Porter, C., Ng, K. Y. (2001). Justice in the Millennium: A Meta-Analytic Review of 25 Years of Organizational Cynicism, Reactions, and Commitment to Subordinates. *Personnel Psychology*, 53, 275–293.
- Çakıcı, A., Doğan, S. (2014). Örgütsel Sinizmin İş Performansına Etkisi: Meslek Yüksekokullarında Bir Araştırma. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 15(1):79-89.
- Davis, W. D., Gardner, W. L. (2004). Perceptions of Politics and Organizational Cynicism: An Attributional and Leader–Member Exchange Perspective. *The Leadership Quarterly*, 15(4), 439-465.

- Dean Jr, J. W., Brandes, P., Dharwadkar, R. (1998). Organizational Cynicism. *Academy of Management Review*, 23(2), 341-352.
- Doğan, S., Uğurlu, C. T. (2014). Okul Yöneticilerinin Etik Liderlik Davranışları ile Öğretmenlerin Örgütsel Sinizm Algıları Arasındaki İlişki. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 34(3):489-516.
- Eaton, J. A. (2000). A Social Motivation Approach to Organizational Cynicism. Toronto, Ontario: York University (Unpublished Master's Thesis).
- Erdoğan, P., Bedük, A. (2013). Örgütsel Sinizm ile Örgütsel Vatandaşlık Davranışı Arasındaki İlişki: Sağlık Sektöründe Bir Araştırma. *Selçuk Üniversitesi Sosyal ve Teknik Araştırmalar Dergisi*, 3(6), 17-36.
- Gammon, A. R., Converse, P. D., Lee, L. M., ve Griffith, R. L. (2011). A personality process model of cyber harassment. *International Journal of Management and Decision Making*, 11(5), 358–378.
- Gibb, Z. G., Devereux, P. G. (2014). Who does that anyway? Predictors and personality correlates of cyberbullying in college. *Computers in Human Behavior*, 38, 8–16.
- Gullu, S. (2018). Investigation of the relationship between the organizational cynicism levels and intent of revenge of sports science faculty students who work. *World Journal of Education*, 8(6), 45-57., Doi: 10.5430/wje.v8n6p45
- Johnson, J. L., O'leary-Kelly, A. M. (2003). The Effects of Psychological Contract Breach and Organizational Cynicism: Not All Social Exchange Violations are Created Equal. *Journal of Organizational Behavior: The International Journal of Industrial, Occupational and Organizational Psychology and Behavior*, 24(5), 627-647.
- Jonason, P. K., Webster, G. D. (2010). The Dirty Dozen: A Concise Measure of The Dark Triad. *Psychological Assessment*, 22(2), 420. <https://doi.org/10.1037/A0019265>.
- Kabat, R. (2019). Dark Triad Personality Traits Prediction of Managers' Mind-set in Business Organizations. Doctorate Thesis, Walden University College of Social and Behavioral Sciences.
- Kalay, F., Oğrak, A., Nişancı, Z. N. (2014). Mobbing, Örgütsel Sessizlik ve Örgütsel Sinizm İlişkisi: Örnek Bir Uygulama. *Kastamonu Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 4(2), 127-143.
- Kanbur, A., Kanbur, E. (2015). Lider-Üye Etkileşiminin Örgütsel Sinizme Etkisi: Algılanan İşsellik Statüsünün Aracılık Rolü. *Zeitschrift Für Die Welt Der Türken/Journal Of World Of Turks*, 7(2), 193-216.
- Kanten, P. (2014). Narsistik Kişilik Özelliğinin Örgütsel Vatandaşlık Davranışları Üzerindeki Etkisinde Örgüt İkliminin Düzenleyici Rolü. *İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi, İktisadi Enstitüsü Yönetim Dergisi*, 25, 160-184.
- Kanten, P., Yeşiltaş, M., Arslan, R. (2015). Kişiliğin Karanlık Yönünün Üretkenlik Karşısı İş Davranışlarına Etkisinde Psikolojik Sözleşmenin Düzenleyici Rolü. *Atatürk Üniversitesi İktisadi Ve İdari Bilimler Dergisi*, 29(2):365-391.
- Karacaoğlu, K., & İnce F. (2012). Brandes, dharwadkar ve dean'in (1999) örgütsel sinizm ölçeği türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışması: kayseri organize sanayi bölgesi örneği. *Business and Economics Research Journal*. 3(3):77-92.
- Karacaoğlu, K., Küçükköylü, C. (2015). İsgören Sessizliğinin Örgütsel Sinizme Etkisi: Kamu Çalışanları Üzerine Bir Araştırma. *Ege Akademik Bakış*, 15(3), 401-408.
- Kasalak, G., Aksu, M. (2014). Araştırma Görevlilerinin Algıladıkları Örgütsel Desteğin Örgütsel Sinizm İle İlişkisi. *Kuram Ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 14(1), 115-133.
- Kerse, G., Karabey, C. N. (2017). Algılanan örgütsel desteğin örgütsel özdeşleşmeye etkisi: Örgütsel sinizmin aracı rolü. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 6(4), 375-398.

- Locke, E. A. (1976). The Nature and Causes of Job Satisfaction. In M. D. Dunnette (Ed.), *Handbook of Industrial and Organizational Psychology* (Pp. 1297–1343).
- Murat, A. G. G., Börü, D. (2017). Karanlık Kişilik Özelliklerinin Örgütsel Sinizm Üzerindeki Etkisi. 5. Örgütsel Davranış Kongresi.
- Murat, G., Börü, D. E. (2019). Çalışanların Yöneticilerine İlişkin Algıladıkları Psikopati Özelliklerinin Sergiledikleri Sinik Davranışlar Üzerindeki Etkisi. *Marmara Üniversitesi Öneri Dergisi*, 14(51), 128-146.
- Neves, P. (2012). Organizational Cynicism: Spillover Effects on Supervisor–Subordinate Relationships and Performance. *The Leadership Quarterly*, 23(5), 965-976.
- Özdemir, B., Atan, E. (2018). Karanlık Üçlünün Örgütsel Muhalefete Etkisi: Bir Yapısal Eşitlik Modeli. *İş Ahlakı Dergisi*. 11(2):275-298.
- Özler, D. E., Atalay, C. G. (2011). A Research to Determine the Relationship Between Organizational Cynicism and Burnout Levels of Employees in Health Sector. *Business and Management Review*, 1(4), 26-38.
- Özsoy, E. (2019). Yöneticilerin Karanlık Kişilik Özelliklerinin Çalışanların Tükenmişlik Düzeylerine Etkisi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu Dergisi*, 22(1), 194-203.
- Özsoy, E., Ardiç, K. (2017). Karanlık Üçlü'nün (Narsisizm, Makyavelizm Ve Psikopati) İş Tatminine Etkisinin İncelenmesi. *Yönetim ve Ekonomi: Celal Bayar Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 24(2), 391-406.
- Özsoy, E., Rauthmann, J. F., Jonason, P. K., Ardiç, K. (2017). Reliability and Validity Of The Turkish Versions Of Dark Triad Dirty Dozen (Dtdd-T), Short Dark Triad (Sd3-T), And Single Item Narcissism Scale (Sns-T). *Personality and Individual Differences*, 117(2017),11-14. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.05.019>.
- Qian, Y., Daniels, T. D. (2008). A Communication Model of Employee Cynicism Toward Organizational Change. *Corporate Communications: An International Journal*, 13(3), 319-332.
- Pabian, S., De Backer, C. J. S., Vandebosch, H. (2015). Dark Triad personality traits and adolescent cyber-aggression. *Personality and Individual Differences*, 75, 41–46. doi:10.1016/j.paid.2014.11.015
- Reichers, A. E., Wanous, J. P., Austin, J. T. (1997). Understanding and Managing Cynicism About Organizational Change. *Academy of Management Executive*, 11(1), 48–59.
- Riggle, R. J., Edmondson, D. R., Hansen, J. D. (2009). A Meta-Analysis of The Relationship Between Perceived Organizational Support and Job Outcomes: 20 Years Of Justice Research. *Journal of Applied Psychology*, 86, 425–455. <http://dx.doi.org/10.1037//0021-9010.86.3.425>.
- Spurk, D., Keller, A. C., Hirschi, A. (2015). Do bad guys get ahead or fall behind? Relationships of the dark triad of personality with objective and subjective career success. *Social Psychological and Personality Science*, 7(2), 113–121. doi:10.1177/1948550615609735.
- Spain, S. M., Harms, P., LeBreton, J. M. (2014). The dark side of personality at work. *Journal of Organizational Behavior*, 35, 41–60. doi:10.1002/job.1894
- Schleicher, D. J., Hansen, D., Fox, K. E. (2010). Job Attitudes And Work Values. In S. Zedeck (Ed.), *Apa Handbook of Industrial and Organizational Psychology*, Vol. 3.(Pp. 137–189) Washington, Dc: American Psychological Association.
- Şantaş, F., Uğurluoğlu, Ö., Kandemir, A., Çelik, Y. (2016). Sağlık Çalışanlarında Örgütsel Sinizm, İş Performansı Ve Örgütsel Özdeşleşme Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 18(3), 867-886.
- Tayfun, A., Çatır, O. (2014). Hemşirelerin Örgütsel Sinizm Düzeylerinin İncelenmesi. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 347-365.

Uçkun, C. G., Üzüm, B., Uçkun, S. (2018). Narsist Kişiliğin Makyavelist Davranışlara Etkisi: Kocaeli Üniversitesi Özel Güvenlik Öğrencileri Örneği. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 20(2):139-154.

Wanous, J. P., Reichers, A. E., Austin, J. T. (1994). Organizational Cynicism: An Initial Study. *Academy of Management Best Papers Proceedings*, 269–273.

Wilkerson, J. M., Evans, W. R., Davis, W. D. (2008). A Test of Coworkers' Influence on Organizational Cynicism, Badmouthing, and Organizational Citizenship Behavior. *Journal of Applied Social Psychology*, 38(9), 2273-2292.

Yıldız, K. (2013). Örgütsel Bağlılık ile Örgütsel Sinizm ve Örgütsel Muhalefet Arasındaki İlişki. *Electronic Turkish Studies*, 8(6):853-879.

Geliş Tarihi (Received): 14.08.2019
Kabul Tarihi (Accepted): 01.12.2019
SPORMETRE, 2019,17(4),233-249
DOI: 10.33689/spormetre.633004

SPORDA SOSYAL BÜTÜNLEŞME DÜZEYİ İLE KİŞİLİK TİPLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİLER VE ETKİLEŞİMLER

Ercan Polat¹, Halil Erdem Akoğlu², Hanifi Üzüm³

Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, NİĞDE
Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA
Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, BOLU

Öz: Kişilik özelliklerinin, sosyal bütünleşmeye ilişkin davranışı ve motivasyonu etkilediği belirtilmektedir. Bu nedenle sosyal bir ortam olduğu düşünülen ve kişilerin sosyalleşmesini sağlayan sporun kişilik özelliklerinin gelişmesine fayda sağlayacağı ve psikologlara yardımcı olacak bir araç olarak ortaya konulması bakımından bu araştırma önem arz etmektedir. Bu kapsamda bu çalışmanın amacı sporda sosyal bütünleşme düzeyi ile kişilik tipleri arasındaki ilişkilerin ve etkileşimlerin incelenmesidir. Bu çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Bu araştırmanın araştırma grubunu seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden uygun (kazara) örnekleme yöntemi ve ölçüt örnekleme yöntemi ile seçilmiş Niğde ili spor bilimleri alanında öğrenim gören aynı zamanda düzenli spor yapan 152 kadın ve 148 erkek olmak üzere lise ve üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak anket yönteminden yararlanılmıştır. Üç bölümden oluşan anketin birinci bölümünde Yılmaz ve ark. (2007) tarafından geliştirilen Sosyal Bütünleşme Ölçeği, ikinci bölümde Goldberg (1990) tarafından geliştirilen Sudak ve Zehir (2013) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış olan Kişilik Tipleri Ölçeği, üçüncü bölümde ise kişisel bilgi formu yer almaktadır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistiklerin yanı sıra; normallik testleri, Pearson korelasyon analizi, çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Ayrıca gruplara ayrılarak yapılan ikili korelasyon analizinde ortaya çıkan r değerlerinin karşılaştırılması için Z skoru hesaplanmış ve gruplar arasındaki farklılıklar incelenmiştir. Analiz sonucunda iki ölçüm aracı alt boyutları arasında genel olarak düşük, orta ve yüksek düzeyde anlamlı pozitif korelasyonlar bulunmuştur. Sonuç olarak spor bireylerin sosyal bütünleşmesi ile birlikte kişilik gelişimleri için çok önemli bir araçtır.

Anahtar Kelimeler: Sosyal bütünleşme, kişilik, sosyalleşme, kişilik özellikleri

RELATIONSHIPS AND INTERACTIONS BETWEEN SOCIAL INTEGRATION LEVEL IN SPORT AND PERSONALITY TYPES

Abstract: Personality traits influence behavior and motivation related to social integration. For this reason, this research is important in terms of the fact that the sport which is thought to be a social environment and provides the socialization of individuals will contribute to the development of personality traits and as a tool to help psychologists. The aim of this study is to investigate the relationships and interactions between the level of social integration in sports and personality types. In this study, relational survey model, one of the quantitative research methods, was used. The research group of this study consists of 152 female and 148 male high school and university students who study in sports sciences in Niğde province, selected by convenience (accidental) sampling method and criteria sampling method from random sampling methods. Survey method was used as data collection tool. The first part of the three-part questionnaire contains the "social integration scale in sports" developed by Yılmaz et al. (2007), the second part contains the personality types scale adapted to Turkish by Sudak and Zehir (2013) developed by Goldberg (1990), and the third part contains the personal data form. In addition to descriptive statistics in the analysis of the data; normality tests, Pearson correlation analysis, multiple linear regression analysis were used. In addition, the Z score was calculated and the differences between the groups were examined in order to compare the r values that appeared in the binary correlation analysis by dividing them into groups. As a result of the analysis, significant positive correlations were found between the sub-dimensions of the two measurement instruments at low, medium and high levels in general. As a result, sports are a very important tool for the development of personality along with the social integration of individuals.

Key Words: Social integration, personality, socialization, personality traits

GİRİŞ

Binlerce yıldır insanların bireysel farklılıkların ortaya çıkarılması ve bu farklılıkların açıklanma çabası araştırmacıların ilgisini çeken bir konu olmuştur. Spor bilimlerinde de spor yapan ve yapmayan bireyler arasında birçok araştırma ve farklı konuda, çeşitli nitelikler karşılaştırılarak spor yapmanın avantaj ya da dezavantaj olduğu ortaya konulmaya çalışılmaktadır. Bu çalışmalar daha çok psikoloji ve spor psikolojisinin içerisinde yer alan konulardan oluşmaktadır. Sporcuların ve sporcu olmayanların kişilik özelliklerinin analizi, kişilik ve spor faaliyetlerinin bağlantısı hakkındaki teoriyi doğrulamak amacıyla spor psikolojisinde incelenen yaygın konulardan biri olmaktadır (Shariati ve Bakhtiari, 2011). Bu nedenle sporda kişilik olgusu spor bilimcilerin ve psikoloji araştırmacılarının dikkatini çeken konular arasında yer almaktadır.

Literatür İncelemesi

Literatüre bakıldığında kişilik ile ilgili birçok tanıma rastlanmaktadır. Kişilik, genel düşünce, duygu ve davranış biçimlerindeki temel bireysel farklılıklar olarak tanımlanmaktadır (Sato ve ark., 2018). Passer ve ark. (2009) kişiliği, bir insanın yaşam koşullarına verdiği tepkileri karakterize eden ayırt edici ve nispeten kalıcı düşünme, hissetme ve hareket etme yolları olarak tanımlar. Kişiliğin tanımlanması ve ölçülmesi ile ilgili geçmişten bugüne kadar birçok kuramcının farklı görüşleri bulunmaktadır. Bu görüşler farklı yaklaşımlar altında toplanmışlardır. Bunlardan bazıları şu şekildedir: *Psikoanalitik Yaklaşım* (Sigmud Freud), *Neo-Psikoanalitik Yaklaşım* (Carl Jung, Alfred Adler, Karen Horney, Erich Fromm, Henry Murray), *Psikososyal Yaklaşım* (Erik Erikson), *Özellik Yaklaşımı* (Gordon Allport, Raymond Cattell, Hans Eysenck, Robert McCrea and Paul Costa), *İnsancıl Yaklaşım* (Abraham Maslow, Carl Rogers), *Bilişsel Yaklaşım* (George Kelly), *Davranışsal Yaklaşım* (B.F. Skinner) ve *Sosyal Öğrenme Yaklaşımı* (Jullian Rotter, Albert Bandura) olarak alan yazında yer almaktadır. Bu kuramcılarının birçoğu kişilik özelliklerini ölçmek adına bu yaklaşımları geliştirmişlerdir. Özellik Yaklaşımı kuramcılarından McCrea ve Paul Costa' da Cattell ve Eysenck'in kişilik özelliklerinden faydalanarak beş boyutlu kişilik modelini ortaya koymuştur. Bunun sebebi olarak bazı araştırmacıların Cattell'in kişilik özellikleri boyutlarını çok fazla, Eysenck'in kişilik özellikleri boyutlarını da çok az bulmasından kaynaklanmıştır (Schultz ve Schultz, 2005).

Beş Faktörlü Kişilik Kuramı

Alport'la başlayan ve Cattell ve Eysenck'le devam eden ayırıcı özellik kuramı çalışmaları ve kişiliğin temel boyutlarını belirleme çabaları 1970'lerin sonunda ve 1980'lerin başında Robert McCrea ve Paul Costa'nın çalışmaları ile yeni bir noktaya gelmiştir. Kişiliğin sürekliliğini ve yapısını incelemek amacıyla faktör analizi kullanan iki araştırmacı özellikle dışadönüklük ve nevrotizm (duygusal denge) boyutlarına odaklanmış ancak kısa süre sonra “deneyime açıklık” adını verdikleri yeni boyutu keşfetmişlerdir. 1985 yılına kadar üç faktörlü modeli savunan ikili 1983-1985 yılları arasında gerçekleştirdikleri çalışmalar sonucunda kişiliğin beş temel boyutu olduğunu keşfetmişler ve bu beş boyutun ölçülebilmesini sağlayan bir ölçme aracı geliştirmişlerdir (Yazgan İnanç ve Yerlikaya, 2015). McCrea ve Costa ortaya koyduğu ve daha sonra birçok araştırmacının geliştirdiği “Büyük Beş” olarak adlandırılan kuram beş faktör altında toplamıştır (Costa ve McCrae, 1987; Digman, 1997; Judge ve ark., 1999; McCrae, 1992; Zweig ve Webster, 2004). Beş faktör kişilik modeli, kişiliğin değerlendirilmesinde sıklıkla kullanılan bir yaklaşımdır. Bu faktörler 1. Dışadönüklük, 2. Nevrotiklik (Duygusal Denge), 3. Yumuşak başlılık, 4. Deneyime açıklık ve 5. Sorumluluk boyutlarından oluşmaktadır. *Dışadönüklük*, baskın olma, heyecan arama, kendine güvenme ve

aktif olma eğilimi olarak nitelendirilebilir. *Uyumluluk*, bir bireyin diğerleriyle geçinme yeteneğini yansıtır; *sorumluluk*, bireyin hedef odaklı davranışlarda örgütlenme derecesini, sebatını ve motivasyonunu temsil eder; *duygusal denge (nevrotiklik)*, bireyin stresli durumlarda sakin kalma eğilimini ifade eder ve bu boyutta düşük puan alan bireyler saha sakin ve rahat bireylerdir. Son olarak *deneyime açıklık*, bir bireyin yeni deneyim arama yeteneğini yansıtır (Allen ve ark., 2013; Duriez ve ark., 2004). Bu model “Özellik Yaklaşımına” dayanmaktadır ve kişiliğin ölçülmesinde bireylerin kendilerini ve diğerlerini tanımlamada kullandıkları “sıfatlardan” yararlanılmaktadır (Doğan, 2013).

Bireyin toplum içerisinde bir statü kazanması ve bulunduğu yerde mutlu ve düzenli bir yaşam sürebilmesi için sağlıklı bir kişilik gelişimine sahip olması gerekmektedir. İnsan yaşamında gelişen, birey ve toplum için oldukça öneme sahip olan kişilik kavramını etkileyen etmenler bulunmaktadır. Bu etmenler biyolojik ve sosyal etmenler olarak karşımıza çıkmaktadır (Özgen, 2016). Kalıtım yani biyolojik etmenler insana doğuştan gelen özellikler ve yetenekler sağlar ancak bu potansiyelin tam kapasite ile kullanımı, çevrenin isteklerine ne ölçüde uyum sağlayabildiğimizde bağlıdır (Yüksel, 2006).

Sosyal Bütünleşme

Kişilik özelliklerinin, sosyal bütünleşmeye ilişkin davranışı ve motivasyonu etkilediği belirtilmektedir (Levine ve Stokes, 1986). Sosyal bütünleşme kavramı, Durkheim'in (1951) sosyal koşullar ve intihar konusundaki çığır açan çalışması ile ortaya çıkmıştır. Durkheim, bireyin istikrarlı bir sosyal yapıya ve düzenli sosyal normlara sahip olmasının birey için koruyucu olduğu ve davranışlarının düzelmesini sağladığını belirtmiştir. Bu bilgiler kapsamında intihar oranının evlenmemiş ve toplumla bağı daha düşük olan bireylerde daha yüksek olduğu yaptığı çalışmalarla ortaya çıkmıştır (Brisette ve ark., 2000). Sosyal bütünleşme veya bir bireyin bir gruptaki diğer insanlara psikolojik olarak bağlanma derecesi, çok yönlü bir olgudur. Sosyal bütünleşme çok anlamlı bir kavramdır. Bütünlük, dayanışma, topluluk, sosyal gruplar, sosyal sermaye, güven ve sosyal ağlar gibi terimler birbirlerinin yerine kullanılmaktadır (Ulseth, 2004). Sosyal bütünleşme hem toplumsal düzen ve yapının hem de eylem ve işlevin bütünleşmesine işaret etmektedir. Diğer bir ifadeyle toplumu meydana getiren farklı grupların karşılıklı ilişkilerindeki bağımlılık ve ahengi belirli bir düzen içerisinde sürdürmeleri sürecidir (Özdil, 2017). Toplumu oluşturan ve birlikte yaşamak durumunda olan birey, grup ve kültür gibi unsurların arasındaki uyum, sosyal bütünleşmeyi gerçekleştirmekte ve bu uyum ile ilgili davranışlar, değerler ve tutumlar genellikle aile içerisinde ve eğitim sürecinde kazanılmaktadır. Toplumsal yapıyı güçlendirerek sürdürülebilirliğini sağlamak ve toplumu bir arada tutan bütünün parçaların dağılmasını engellemek adına sosyal bütünleşme sosyolojik açıdan çok önemlidir (Karaca, 2012).

Brisette ve ark. (2000), sosyal bütünleşmenin, bireyde yaşamın kontrol edilebilir olduğu inancını yarattığını, yaşamda bir anlam hissi ve özgüven sağladığını, kendini anlama anlayışına katkıda bulunduğunu, olumlu etkiyi arttırdığını ve sosyal normları uyguladığını belirtmiştir. Sosyalleşmede hangi yaklaşımla değerlendirilirse değerlendirilsin bireyin toplumda diğer bireylerle olan benzerliklerinin yanı sıra farklılıklarının da olduğu, kişileri bir örnek biçimlere sokmaktan çok, onları kişilikleriyle uyuşan, toplumun bir işlevi durumuna getirmeyi amaçlayan toplumsal süreçlerden biri olarak görünmektedir (Şahan, 2008).

Çeşitli popülasyonlarda yapılan araştırmalar, sosyal olarak daha bütünleşmiş bireylerin sosyal bütünleşmesi daha düşük olan bireylere göre daha uzun ömürlü olduklarını (Berkman, 1995), kalp krizi riskinin daha az olduğu (Berkman, 1995; Seeman, 1996), depresyona girme

olasılığının daha düşük olduğu (Cohen ve Wills, 1985), kanserin tekrar etme olasılığının azaldığı görülmüştür.

Literatür incelendiğinde kişilik tipleri (Doğan, 2013; Fieder ve ark., 2018; Harris ve ark., 2016; Hittner ve ark., 2019; Sato ve ark., 2019) ve sosyal bütünleşme (Goldthorpe, 2017; Foulkes, 2018; Karaca, 2012; Özdil, 2017) ile ilgili çeşitli alanlarda birçok araştırmaya rastlanmıştır. Spor alanında kişilik tipleri ile ilgili uluslararası (Allen ve ark., 2013; Fletcher ve Dowell, 1971; Fulkerson ve ark., 1999; İlyasi ve Salehian, 2011; Shairati ve Bakhtiari, 2011) literatürde yapılan çalışma sayısı ve ulusal literatürde de bulunan (Bayar, 2003; Büyükbasmacı ve Tazegül, 2016; Eraslan, 2015; Kaplan ve ark., 2017) çalışma sayısı oldukça fazladır. Sosyal bütünleşme konusunda ulusal ve uluslararası literatür incelendiğinde birçok alanda çalışma bulunurken spor ile ilişkilendirilmiş sınırlı sayıda çalışma (Elmose-Østerlund ve ark., 2019; Şahan, 2008; Ulseth, 2004; Yılmaz ve ark., 2006) yer almaktadır. Birçok kuramcıya göre kişilik, bireyin anne karnında oluşmasıyla başlar ve yaşam boyu devam ederek gelişir. İnsan kişiliğinin gelişmesinde çevre ve gruplar çok önemli yer kaplamaktadır (Erikson, 1950). Bu nedenle sosyal bir ortam olduğu düşünülen ve kişilerin sosyalleşmesini sağlayan sporun kişilik özelliklerinin gelişmesine fayda sağlayacağı ve psikologlara yardımcı olacak bir araç olarak ortaya konulması bakımından bu araştırma önem arz etmektedir. Bu kapsamda bu çalışmanın amacı spor yapan ve yapmayan bireylerde kişilik tipleri ve sosyal bütünleşme düzeylerinin incelenmesidir. Bu araştırmanın amacını belirlemek için aşağıdaki hipotezler oluşturulmuştur.

H₁: Fiziksel aktivite yapan bireylerin sosyal bütünleşme düzeyleri ile kişilik tipleri arasında bir ilişki vardır.

H₂: Cinsiyet değişkenine göre fiziksel aktivite yapan bireylerin sporda sosyal bütünleşme ile kişilik tipleri arasındaki ilişki farklılaşmaktadır.

H₃: Fiziksel aktivite yapan bireylerin yaptıkları spor türüne göre sosyal bütünleşme ile kişilik tipleri arasındaki ilişki farklılaşmaktadır.

H₄: Fiziksel aktivite yapan bireylerin sosyal bütünleşme düzeylerinin kişilik tiplerine etkisi vardır.

YÖNTEM

Araştırma modeli

Bu çalışmada nicel araştırma yönteminden yararlanılmıştır. Bu kapsamda genel tarama modellerinden ilişkisel tarama deseni araştırma probleminin çözümlenmesinde kullanılmıştır.

Araştırma Grubu

Bu araştırmanın kapsamı Niğde ili ile sınırlandırılmış ve çalışma evreni de bu ilde spor bilimleri alanında öğrenim gören aynı zamanda düzenli fiziksel aktivite yapan lise ve üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Örneklem seçiminde seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden uygun (kazara) örnekleme yöntemi ve ölçüt örnekleme yöntemi birlikte kullanılmıştır (Büyüköztürk ve ark., 2017). Uygun (kazara) örnekleme yöntemi; zaman, para ve işgücü açısından var olan sınırlılıklar nedeniyle örneklemin kolay ulaşılabilir ve uygulama yapılabilir birimlerinden seçilmesidir. Ölçüt örnekleme ise birtakım ölçütlere dayandırılarak örneklemin seçilmesidir (Büyüköztürk ve ark., 2017). Araştırma grubu seçiminde ölçüt olarak düzenli sportif egzersizlere katılmak kriteri olmuştur. Bu örneklem kriterleri çerçevesinde araştırma grubu; spor bilimleri alanında öğrenim gören aynı zamanda düzenli fiziksel aktivite yapan lise ve üniversite öğrencileri arasından 152 kadın 148 erkek olmak üzere toplam 300 öğrenciden oluşmaktadır.

Veri Toplama Aracı

Veri toplama aracı olarak anket yönteminden yararlanılmıştır. Üç bölümden oluşan anketin birinci bölümünde Sosyal Bütünleşme Ölçeği, ikinci bölümde Kişilik Tipleri Ölçeği, üçüncü bölümde ise Kişisel Bilgi Formu yer almaktadır.

Sporda Sosyal Bütünleşme Ölçeği (SSBÖ): Sporun sosyal bütünleşme üzerindeki etkisini değerlendirmek amacıyla Yılmaz ve ark. (2007) tarafından geliştirilmiştir. Ölçüm aracının 21 maddelik bölümü Hall (2004) tarafından yapılan araştırmadan uyarlanmış, diğer maddeler ise araştırmacılar tarafından oluşturulmuştur. Spor yapan bireyler üzerinde kullanılabilen bu ölçek, toplam 32 maddeden ve 7 alt boyuttan oluşmaktadır. Maddelerin değerlendirilmesinde 5’li Likert tipi ölçek (1= kesinlikle katılmıyorum; 5= kesinlikle katılıyorum) kullanılmıştır ve madde ortalama puanları üzerinden değerlendirme yapılabilmektedir. Alt boyutlar; Kişisel gelişim, Sosyalleşme, Fiziksel fayda, Bütünleşme, Psikolojik gelişim, Ahlaki gelişim ve duygusal gelişim olarak isimlendirilmiştir. Ölçüm aracının orijinal çalışmasından ve bu araştırma verilerinden elde edilen Cronbach’s Alfa güvenilirlik katsayıları aşağıdaki tabloda verilmiştir (Tablo 1).

Tablo 1. Sporda Sosyal Bütünleşme Ölçeği alt boyutları güvenilirlik analizi

| Alt boyutlar | Maddeler | Orijinal çalışma Alfa (α) | Mevcut araştırma Alfa (α) |
|--------------------|----------|---------------------------------------|---------------------------------------|
| Kişisel Gelişim | 7 madde | 0,80 | 0,82 |
| Sosyalleşme | 7 madde | 0,82 | 0,86 |
| Fiziksel Fayda | 5 madde | 0,80 | 0,83 |
| Bütünleşme | 4 madde | 0,82 | 0,79 |
| Psikolojik Gelişim | 4 madde | 0,71 | 0,76 |
| Ahlaki Gelişim | 3 madde | 0,75 | 0,75 |
| Duygusal Gelişim | 2 madde | 0,55 | 0,51 |
| Toplam Ölçek | 32 madde | 0,91 | 0,95 |

Kişilik Tipleri Ölçeği (KTÖ): Kişilik tiplerini belirlemek amacıyla Goldberg (1990) tarafından orijinali 50 madde olarak geliştirilen *IPIP Personality Inventory* isimli ölçek, Sudak ve Zehir (2013) tarafından 30 madde olarak Türkçeye uyarlanmıştır. Toplam 5 alt boyuttan oluşan ölçek 5’li likert tipindedir. Alt boyut isimleri dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk, duygusal denge ve deneyime açıklık olarak belirlenmiştir. Ölçüm aracının uyarlama çalışması ile bu araştırma verilerinden elde edilen Cronbach’s Alfa güvenilirlik katsayı sonuçları Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Kişilik Tipleri Ölçeği alt boyutları güvenilirlik analizi

| Alt boyutlar | Maddeler | Orijinal çalışma Alfa (α) | Bu araştırma Alfa (α) |
|------------------|----------|---------------------------------------|-----------------------------------|
| Dışa Dönüklük | 8 madde | 0,85 | 0,67 |
| Uyumluluk | 6 madde | 0,82 | 0,81 |
| Sorumluluk | 4 madde | 0,80 | 0,82 |
| Duygusal Denge | 7 madde | 0,87 | 0,88 |
| Deneyime Açıklık | 5 madde | 0,75 | 0,75 |
| Toplam Ölçek | 30 madde | - | 0,82 |

Kişisel Bilgi Formu: Kişisel bilgi formu içerisinde, araştırmaya katılan bireylerin demografik özelliklerini tespit etmek amacıyla; cinsiyet, yaş, eğitim durumu, lisanslı sporcu olma ve yapılan spor türü değişkenleri bulunmaktadır.

Verilerin Toplanması

Anketler yüz yüze görüşme yöntemi kullanılarak katılımcılara ulaştırılmıştır. Ayrıca anketin dağıtımında eğitilmiş yardımcıları kullanılmıştır. Bu yardımcıları anketin nasıl dağıtılacağı ve doldurulacağı konusunda kısa bir eğitim verilmiş ve sonrasında uygulamaya geçilmiştir. Araştırmaya katılımda gönüllülük esas alınmıştır. Gönüllü olmayan kişiler çalışmaya dâhil edilmemiştir. Toplam 330 anket dağıtılmış bunlardan 300 tanesi doğru doldurulmuş olarak kabul edilmiş ve değerlendirmeye alınmıştır.

Verilerin Analizi

Veriler toplandıktan sonra SPSS paket programı ile analiz edilmiştir. Tanımlayıcı istatistiklerin yanı sıra; dağılımların normallik yapısı çarpıklık ve basıklık testleri aracılığıyla incelenmiştir. Normal dağılım yapılarıyla karşılaştırılması sonucu parametrik test kararı alınmıştır. Hipotez testleri için ilişki karşılaştırmalarında Pearson Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken üzerindeki etkisini incelemek amacıyla ise çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Ayrıca gruplara ayrılarak yapılan ikili korelasyon analizinde ortaya çıkan r değerlerinin karşılaştırılması için Z skoru hesaplanmış ve gruplar arasındaki farklılıklar incelenmiştir.

BULGULAR

Bu bölümde elde edilen verilere ilişkin tanımlayıcı ve çıkarımsal istatistiksel çözümler gerçekleştirilmiştir.

Tablo 3. Tanımlayıcı istatistikler

| <i>Değişken</i> | Grup | f | % | Toplam | \bar{x} | St.S. | En az | En çok |
|--|------------------|----------|----------|---------------|-----------|--------------|--------------|---------------|
| <i>Cinsiyet</i> | Kadın | 152 | 50,7 | 300 | | | | |
| | Erkek | 148 | 49,3 | | | | | |
| <i>Eğitim</i> | Lise | 150 | 50,0 | 300 | | | | |
| | Üniversite | 150 | 50,0 | | | | | |
| <i>Lisanslı sporculuk durumu</i> | Evet | 226 | 75,3 | 300 | | | | |
| | Hayır | 74 | 24,7 | | | | | |
| <i>Lisanslı yapılan spor türü</i> | Bireysel sporlar | 123 | 54,4 | 226 | | | | |
| | Takım sporları | 103 | 45,6 | | | | | |
| <i>Yaş</i> | | | | 300 | 18,77 | 3,12 | 14 | 28 |
| Sporda Sosyal Bütünleşme Ölçeği | | | | | | | | |
| <i>Kişisel Gelişim</i> | | | | 300 | 4,12 | 0,69 | 2,00 | 5,00 |
| <i>Sosyalleşme</i> | | | | 300 | 4,15 | 0,68 | 2,29 | 5,00 |
| <i>Fiziksel Fayda</i> | | | | 300 | 4,36 | 0,67 | 1,20 | 5,00 |
| <i>Bütünleşme</i> | | | | 300 | 4,11 | 0,78 | 1,00 | 5,00 |
| <i>Psikolojik Gelişim</i> | | | | 300 | 4,12 | 0,72 | 2,00 | 5,00 |
| <i>Ahlaki gelişim</i> | | | | 300 | 4,02 | 0,84 | 1,67 | 5,00 |
| <i>Duygusal etki</i> | | | | 300 | 4,17 | 0,67 | 1,50 | 5,00 |
| Kişilik Tipleri Ölçeği | | | | | | | | |
| <i>Dışa Dönüklük</i> | | | | 300 | 3,22 | 0,65 | 1,00 | 5,00 |
| <i>Uyumluluk</i> | | | | 300 | 3,98 | 0,71 | 1,00 | 5,00 |
| <i>Sorumluluk</i> | | | | 300 | 4,25 | 0,70 | 1,25 | 5,00 |
| <i>Duygusal Denge</i> | | | | 300 | 4,07 | 0,74 | 2,00 | 5,00 |
| <i>Deneyime Açıklık</i> | | | | 300 | 3,92 | 0,68 | 1,00 | 5,00 |

Tablo 3’te yaş ortalaması 18,77 olan katılımcılara ilişkin tanımlayıcı istatistiklere yer verilmiştir. Tablo incelendiğinde; %50,7’sinin cinsiyetinin kadın (n=152), %50’sinin (n=150) üniversite seviyesinde öğrenci, %75,3’ünün (n=226) lisanslı sporcu olduğu ve %54,4’ünün de bireysel sporlarla uğraştığı saptanmıştır.

Ayrıca tabloda araştırmada kullanılan ölçüm araçları alt boyutlarına ilişkin elde edilen ortalama ve yaygınlık ölçüleri sonuçları verilmiştir. Bu sonuçlara göre Sporda sosyal bütünleşme ölçeğinde en yüksek aritmetik ortalama 4,36 değeri ile fiziksel fayda boyutunda, en düşük aritmetik ortalama ise 4,02 değeri ile ahlaki gelişim alt boyutundadır. Ölçüm aracına ilişkin ortalamalar bütünüyle değerlendirildiğinde katılımcıların sosyal bütünleşme düzeyinin yüksek olduğu söylenebilir.

Kişilik tipleri ölçeğine ilişkin sonuçlar incelendiğinde ise; en yüksek aritmetik ortalama 4,25 değeri ile sorumluluk alt boyutunda en düşük aritmetik ortalama ise 3,22’lik değeri ile dışa dönüklük alt boyutundadır. Ölçeğe ilişkin alt boyutlar bütünüyle değerlendirildiğinde katılımcıların kişilik tipleri puanlarının ortalamasının üzerinde değerlere sahip olduğu söylenebilir.

Tablo 4. SSBÖ ve KTÖ alt boyutlarının korelasyon katsayıları tablosu

| | KTÖ | | | | |
|--------------------|---------------|-----------|------------|----------------|------------------|
| | Dışa Dönüklük | Uyumluluk | Sorumluluk | Duygusal Denge | Deneyime Açıklık |
| Kişisel Gelişim | 0,11 | 0,33** | 0,84** | 0,80** | 0,31** |
| Sosyalleşme | 0,15* | 0,34** | 0,75** | 0,91** | 0,41** |
| Fiziksel Fayda | 0,06 | 0,26** | 0,71** | 0,45** | 0,30** |
| Bütünleşme | 0,09 | 0,24** | 0,52** | 0,63** | 0,40** |
| Psikolojik Gelişim | 0,15* | 0,42** | 0,69** | 0,70** | 0,41** |
| Ahlaki gelişim | 0,27** | 0,19** | 0,53** | 0,85** | 0,41** |
| Duygusal etki | 0,11 | 0,19** | 0,51** | 0,62** | 0,24** |

n=300 *p<0,05 **p<0,00

Tablo 4’de SSBÖ ve KTÖ alt boyutları arasındaki korelasyon katsayıları incelenmiştir. Elde edilen bulgulara göre; iki ölçüm aracı alt boyutları arasında genel olarak farklı düzeylerde anlamlı pozitif korelasyonlar bulunmuştur. Bununla birlikte KTÖ’den dışa dönüklük boyutu ile SSBÖ’den kişisel gelişim, fiziksel fayda, bütünleşme ve duygusal etki boyutlarında anlamlı ilişki görülmemiştir. Değişkenler arasındaki en yüksek anlamlı ilişkinin sosyalleşme ve duygusal denge alt boyutları arasında ($r=0,91$; $p<0,01$) en düşük anlamlı ilişkinin ise dışa dönüklük boyutu ile sosyalleşme ve psikolojik gelişim boyutları arasında ($r=0,15$; $p<0,05$) olduğu görülmektedir. Sonuçlar genel olarak değerlendirildiğinde kişilik tiplerindeki gelişim düzeyi ile sosyal bütünleşme düzeyi arasında pozitif yönde bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 5. Cinsiyete göre SSBÖ ve KTÖ alt boyut korelasyonları arasındaki farklar

| | | KTÖ | | | | | | | | | |
|-------|--------|---------------|--------------|---------------|--------|----------------|--------|----------------|---------------|------------------|-------|
| | | Dışa Dönüklük | | Uyumluluk | | Sorumluluk | | Duygusal Denge | | Deneyime Açıklık | |
| | | r | Z | r | Z | r | Z | r | Z | r | Z |
| SSBÖ | Kadın | 0,18* | | 0,31** | | 0,84** | | 0,81** | | 0,35** | |
| | Erkek | 0,06 | 1,07 | 0,37** | -0,62 | 0,83** | 0,20 | 0,79** | 0,31 | 0,29** | 0,60 |
| | Kadın | 0,27** | | 0,28** | | 0,78** | | 0,89** | | 0,47** | |
| | Erkek | 0,05 | 1,94* | 0,42** | -1,37 | 0,73** | 0,93 | 0,93** | -2,01* | 0,37** | 1,03 |
| | Kadın | 0,08 | | 0,21** | | 0,71** | | 0,39** | | 0,28** | |
| | Erkek | 0,08 | 0,03 | 0,29** | -0,79 | 0,71** | -0,10 | 0,54** | -1,63 | 0,30** | -0,15 |
| | Kadın | 0,16* | | 0,21** | | 0,50** | | 0,65** | | 0,53** | |
| Erkek | 0,04 | 1,02 | 0,24** | -0,27 | 0,55** | -0,70 | 0,61** | 0,52 | 0,27** | 2,65** | |
| Kadın | 0,20* | | 0,38** | | 0,73** | | 0,71** | | 0,42** | | |
| Erkek | 0,15 | 0,49 | 0,44** | -0,66 | 0,67** | 0,95 | 0,70** | 0,25 | 0,39** | 0,23 | |
| Kadın | 0,34** | | 0,11 | | 0,46** | | 0,87** | | 0,46** | | |
| Erkek | 0,19* | 1,41 | 0,31** | -1,82* | 0,66** | -2,48** | 0,82** | 1,65* | 0,41** | 0,60 | |
| Kadın | 0,25** | | 0,15 | | 0,47** | | 0,58** | | 0,28** | | |
| Erkek | 0,01 | 2,05* | 0,23** | -0,66 | 0,57** | -1,14 | 0,70** | -1,29 | 0,22** | 0,52 | |

*p<0,01 ** p<0,01 Kadın (n)= 152 Erkek (n)= 148

Tablo 5’de cinsiyet değişkeni temel alınarak SSBÖ ve KTÖ alt boyutları arasındaki korelasyonlar belirlenmiş ve ortaya çıkan korelasyon değerlerinin z skorları alınarak cinsiyetler arasındaki r değeri farklılıkları incelenmiştir. Sonuçlara göre; dışa dönüklük ve sosyalleşme, dışa dönüklük ve duygusal etki, duygusal denge ve ahlaki gelişim ile deneyime açıklık ve bütünleşme boyutları arasında kadınlar lehine; uyumluluk ve ahlaki gelişim, sorumluluk ve ahlaki gelişim ile duygusal denge ve sosyalleşme alt boyutları arasında erkekler lehine korelasyon değerinin anlamlı olarak daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 6. Yapılan spor türüne göre SSBÖ ve KTÖ alt boyut korelasyonları arasındaki farklar

| | | KTÖ | | | | | | | | | |
|----------|----------|---------------|--------|---------------|--------|----------------|--------------|----------------|----------------|------------------|-------|
| | | Dışa Dönüklük | | Uyumluluk | | Sorumluluk | | Duygusal Denge | | Deneyime Açıklık | |
| | | r | Z | r | Z | r | Z | r | Z | r | Z |
| SSBÖ | Bireysel | 0,07 | | 0,42** | | 0,80** | | 0,68** | | 0,24** | |
| | Takım | 0,12 | -0,39 | 0,42** | 0,04 | 0,84** | -0,76 | 0,84** | -2,78** | 0,32** | -0,64 |
| | Bireysel | 0,20* | | 0,34** | | 0,72** | | 0,85** | | 0,38** | |
| | Takım | 0,06 | 1,10 | 0,43** | -0,78 | 0,78** | -0,97 | 0,92** | -2,49** | 0,43** | -0,43 |
| | Bireysel | 0,07 | | 0,36** | | 0,80** | | 0,39** | | 0,31** | |
| | Takım | 0,07 | -0,02 | 0,48** | -1,07 | 0,68** | 2,06* | 0,53** | -1,34 | 0,30** | 0,15 |
| | Bireysel | 0,17 | | 0,25** | | 0,50** | | 0,69** | | 0,48** | |
| Takım | 0,01 | 1,21 | 0,25* | 0,02 | 0,48** | 0,19 | 0,58** | 1,38 | 0,26** | 1,92* | |
| Bireysel | 0,09 | | 0,36** | | 0,66** | | 0,57** | | 0,35** | | |
| Takım | 0,21* | -0,91 | 0,45** | -0,78 | 0,71** | -0,65 | 0,77** | -2,73** | 0,40** | -0,42 | |
| Bireysel | 0,34** | | 0,15 | | 0,29** | | 0,81** | | 0,39** | | |
| Takım | 0,16 | 1,43 | 0,37** | -1,75* | 0,67** | -3,68** | 0,83** | -0,34 | 0,43** | -0,35 | |
| Bireysel | 0,10 | | 0,22* | | 0,49** | | 0,68** | | 0,16 | | |
| Takım | 0,14 | -0,32 | 0,26** | -0,31 | 0,48** | 0,11 | 0,58** | 1,33 | 0,30** | -1,12 | |

*p<0,01 ** p<0,01 Bireysel (n)= 123 Erkek (n)= 103

Tablo 6’da yapılan spor türü değişkenine göre gruplar oluşturularak SSBÖ ve KTÖ alt boyutları arasındaki korelasyonlar tespit edilmiştir. Belirlenen korelasyon değerlerinin z skorları alınarak takım ve bireysel spor yapanlar arasındaki r değeri farklılıkları incelenmiştir. Elde edilen bulgulara göre; uyumluluk ve ahlaki gelişim, sorumluluk ve ahlaki gelişim, duygusal denge ve kişisel gelişim, duygusal denge ve sosyalleşme ile duygusal denge ve psikolojik gelişim alt boyutları arasında takım sporu yapan katılımcılar lehine; sorumluluk ve fiziksel fayda ile deneyime açıklık ve bütünleşme alt boyutlarında ise bireysel sporlarla

uğraşan katılımcılar lehine anlamlı olarak daha yüksek korelasyon değerlerinin olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 7. Sporda Sosyal Bütünleşme Ölçeği alt boyutlarının Kişilik Tipleri Ölçeği alt boyutları üzerindeki etkisi

| Bağımlı değişken | Bağımsız değişkenler | Standartlaştırılmamış Katsayılar | | Standartlaştırılmış Katsayılar | | Anlamlılık Düzeyi |
|--|----------------------|----------------------------------|-----------|--------------------------------|--------|-------------------|
| | | B | Std. hata | Beta | t | |
| Dışa Dönüklük | (Sabit) | 2,677 | 0,282 | | 9,504 | 0,000 |
| | Kişisel Gelişim | -0,138 | 0,104 | -0,147 | -1,333 | 0,183 |
| | Sosyalleşme | 0,021 | 0,114 | 0,022 | 0,185 | 0,853 |
| | Fiziksel Fayda | -0,008 | 0,071 | -0,008 | -0,116 | 0,908 |
| | Bütünleşme | -0,085 | 0,064 | -0,102 | -1,326 | 0,186 |
| | Psikolojik Gelişim | 0,108 | 0,089 | 0,120 | 1,212 | 0,226 |
| | Ahlaki Gelişim | 0,275 | 0,064 | 0,354 | 4,273 | 0,000 |
| Duygusal Etki | -0,033 | 0,076 | -0,033 | -0,428 | 0,669 | |
| R= 0,293 R²= 0,086 F= 3,904 p= 0,000 | | | | | | |
| Uyumluluk | (Sabit) | 2,387 | 0,288 | | 8,296 | 0,000 |
| | Kişisel Gelişim | 0,004 | 0,106 | 0,003 | 0,034 | 0,973 |
| | Sosyalleşme | 0,180 | 0,116 | 0,174 | 1,553 | 0,121 |
| | Fiziksel Fayda | 0,029 | 0,072 | 0,028 | 0,409 | 0,683 |
| | Bütünleşme | -0,004 | 0,065 | -0,004 | -0,059 | 0,953 |
| | Psikolojik Gelişim | 0,428 | 0,092 | 0,434 | 4,669 | 0,000 |
| | Ahlaki Gelişim | -0,111 | 0,066 | -0,132 | -1,688 | 0,092 |
| Duygusal Etki | -0,145 | 0,077 | -0,136 | -1,872 | 0,062 | |
| R= 0,445 R²= 0,198 F= 1,281 p= 0,000 | | | | | | |
| Sorumluluk | (Sabit) | 0,123 | 0,152 | | 0,809 | 0,419 |
| | Kişisel Gelişim | 0,568 | 0,056 | 0,558 | 10,146 | 0,000 |
| | Sosyalleşme | 0,190 | 0,061 | 0,184 | 3,108 | 0,002 |
| | Fiziksel Fayda | 0,317 | 0,038 | 0,303 | 8,337 | 0,000 |
| | Bütünleşme | -0,012 | 0,035 | -0,013 | -0,335 | 0,738 |
| | Psikolojik Gelişim | 0,024 | 0,048 | 0,025 | 0,507 | 0,612 |
| | Ahlaki Gelişim | -0,041 | 0,035 | -0,049 | -1,182 | 0,238 |
| Duygusal Etki | -0,066 | 0,041 | -0,063 | -1,616 | 0,107 | |
| R= 0,879 R²= 0,773 F= 141,954 p= 0,000 | | | | | | |
| Duygusal Denge | (Sabit) | 0,067 | 0,091 | | 0,740 | 0,460 |
| | Kişisel Gelişim | 0,188 | 0,033 | 0,175 | 5,624 | 0,000 |
| | Sosyalleşme | 0,675 | 0,036 | 0,622 | 18,508 | 0,000 |
| | Fiziksel Fayda | -0,149 | 0,023 | -0,135 | -6,562 | 0,000 |
| | Bütünleşme | -0,012 | 0,021 | -0,012 | -0,563 | 0,574 |
| | Psikolojik Gelişim | -0,070 | 0,029 | -0,069 | -2,455 | 0,015 |
| | Ahlaki Gelişim | 0,358 | 0,021 | 0,406 | 17,320 | 0,000 |
| Duygusal Etki | -0,006 | 0,024 | -0,006 | -0,259 | 0,796 | |
| R= 0,963 R²= 0,927 F= 530,010 p= 0,000 | | | | | | |
| Deneyime Açıklık | (Sabit) | 2,002 | 0,264 | | 7,594 | 0,000 |
| | Kişisel Gelişim | -0,286 | 0,097 | -0,292 | -2,947 | 0,003 |
| | Sosyalleşme | 0,192 | 0,106 | 0,193 | 1,804 | 0,072 |
| | Fiziksel Fayda | 0,092 | 0,066 | 0,092 | 1,400 | 0,163 |
| | Bütünleşme | 0,134 | 0,060 | 0,154 | 2,232 | 0,026 |
| | Psikolojik Gelişim | 0,276 | 0,083 | 0,295 | 3,321 | 0,001 |
| | Ahlaki Gelişim | 0,190 | 0,060 | 0,235 | 3,156 | 0,002 |
| Duygusal Etki | -0,134 | 0,071 | -0,132 | -1,890 | 0,060 | |
| R= 0,512 R²=0,262 F= 14,827 p= 0,000 | | | | | | |

Tablo 7’de Sporda Sosyal Bütünleşme Ölçeği alt boyutlarının Kişilik Tipleri Ölçeği alt boyutlarını yordama gücünün değerlendirilmesi amacıyla KTÖ’deki her bir alt boyut bağımlı değişken olarak alınmış ve çoklu doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Tablo incelendiğinde; Dışa dönüklük değişkenini SSBÖ alt boyutlarının anlamlı olarak yordadığı (p=0,000) ve bağımsız değişkenlerin dışa dönüklük kişilik tipini %9 oranında (R²=0,086) açıkladığı belirlenmiştir. Bağımsız değişkenlerden ise sadece ahlaki gelişim boyutunun

bağımlı değişken üzerinde anlamlı yordayıcı etkisinin olduğu belirlenmiştir. Diğer bağımlı değişken olan uyumluluk boyutunu; bağımsız değişkenlerin %20 oranında ($R^2=0,198$) açıkladığı ve bağımlı değişkenlerden sadece psikolojik gelişim alt boyutunun anlamlı yordayıcı etkisinin olduğu tespit edilmiştir.

Üçüncü bağımlı değişken olan sorumluluk boyutunu; bağımsız değişkenlerin %77 oranında ($R^2=0,773$) açıkladığı görülmektedir. Bağımsız değişkenlerden ise görece önem sırasına göre kişisel gelişim, fiziksel fayda ve sosyalleşme boyutları anlamlı yordayıcı etkiye sahiptir.

Dördüncü bağımlı değişken olan duygusal denge boyutunu; SSBÖ alt boyutlarından oluşan bağımsız değişkenler %93 oranında ($R^2=0,927$) açıklamaktadır. Anlamlı etki oluşturan bağımsız değişkenlerin görece önem sırası ise sosyalleşme, ahlaki gelişim, kişisel gelişim, fiziksel fayda ve psikolojik gelişim boyutları şeklindedir.

Son bağımlı değişken olan deneyime açıklık boyutunu; bağımsız değişkenlerin %26 ($R^2=0,262$) oranında açıkladığı görülmektedir. SSBÖ'den oluşan bağımsız değişkenlerden anlamlı yordayıcı etkiye sahip bağımlı değişkenlerin görece önem sırası psikolojik gelişim, kişisel gelişim, ahlaki gelişim ve bütünleşme boyutları şeklindedir.

Tablo 7 genel hatlarıyla incelendiğinde sporda sosyal bütünleşme alt boyutlarının kişilik tipleri üzerinde anlamlı yordayıcı etkilerinin olduğu söylenebilir.

Tablo 8. Kişilik Tipleri Ölçeği alt boyutlarının Sporda Sosyal Bütünleşme Ölçeği alt boyutları üzerindeki etkisi

| Bağımlı değişken | Bağımsız değişkenler | Standartlaştırılmamış Katsayılar | | Standartlaştırılmış Katsayılar | t | Anlamlılık Düzeyi |
|------------------|-------------------------------|----------------------------------|-----------------|--------------------------------|--------|-------------------|
| | | B | Std. hata | Beta | | |
| Kişisel Gelişim | (Sabit) | 0,157 | 0,147 | | 1,071 | 0,285 |
| | Dışa Dönüklük | -0,025 | 0,027 | -0,024 | -0,920 | 0,359 |
| | Uyumluluk | 0,098 | 0,028 | 0,101 | 3,561 | 0,000 |
| | Sorumluluk | 0,512 | 0,033 | 0,523 | 15,709 | 0,000 |
| | Duygusal Denge | 0,434 | 0,033 | 0,467 | 13,266 | 0,000 |
| | Deneyime Açıklık | -0,074 | 0,030 | -0,073 | -2,435 | 0,015 |
| R= 0,906 | R ² = 0,821 | F= 268,407 | p= 0,000 | | | |
| Sosyalleşme | (Sabit) | 0,196 | 0,124 | | 1,585 | 0,114 |
| | Dışa Dönüklük | -0,037 | 0,023 | -0,035 | -1,608 | 0,109 |
| | Uyumluluk | 0,066 | 0,023 | 0,069 | 2,853 | 0,005 |
| | Sorumluluk | 0,253 | 0,027 | 0,261 | 9,221 | 0,000 |
| | Duygusal Denge | 0,658 | 0,028 | 0,716 | 23,871 | 0,000 |
| | Deneyime Açıklık | 0,014 | 0,026 | 0,014 | 0,556 | 0,579 |
| R= 0,933 | R ² = 0,870 | F= 391,956 | p= 0,000 | | | |
| Fiziksel Fayda | (Sabit) | 1,176 | 0,236 | | 4,986 | 0,000 |
| | Dışa Dönüklük | -0,008 | 0,044 | -0,008 | -0,187 | 0,852 |
| | Uyumluluk | 0,048 | 0,044 | 0,050 | 1,083 | 0,280 |
| | Sorumluluk | 0,688 | 0,052 | 0,720 | 13,160 | 0,000 |
| | Duygusal Denge | -0,072 | 0,053 | -0,079 | -1,374 | 0,170 |
| | Deneyime Açıklık | 0,100 | 0,049 | 0,101 | 2,044 | 0,042 |
| R= 0,718 | R ² = 0,516 | F= 62,496 | p= 0,000 | | | |
| Bütünleşme | (Sabit) | 0,822 | 0,294 | | 2,801 | 0,005 |
| | Dışa Dönüklük | -0,077 | 0,055 | -0,065 | -1,413 | 0,159 |
| | Uyumluluk | -0,016 | 0,055 | -0,014 | -0,287 | 0,775 |
| | Sorumluluk | 0,194 | 0,065 | 0,175 | 2,981 | 0,003 |
| | Duygusal Denge | 0,478 | 0,065 | 0,454 | 7,311 | 0,000 |
| | Deneyime Açıklık | 0,211 | 0,061 | 0,184 | 3,476 | 0,001 |
| R= 0,664 | R ² = 0,441 | F= 46,317 | p= 0,000 | | | |

| | | | | | | |
|--|------------------|--------|-------|--------|--------|--------------|
| Psikolojik Gelişim | (Sabit) | 0,008 | 0,219 | | 0,038 | 0,970 |
| | Dışa Dönüklük | -0,002 | 0,041 | -0,002 | -0,050 | 0,960 |
| | Uyumluluk | 0,188 | 0,041 | 0,186 | 4,578 | 0,000 |
| | Sorumluluk | 0,384 | 0,049 | 0,377 | 7,906 | 0,000 |
| | Duygusal Denge | 0,369 | 0,049 | 0,381 | 7,559 | 0,000 |
| | Deneyime Açıklık | 0,063 | 0,045 | 0,060 | 1,389 | 0,166 |
| R= 0,795 R²= 0,633 F= 100,931 p= 0,000 | | | | | | |
| Ahlaki Gelişim | (Sabit) | -0,022 | 0,215 | | -0,104 | 0,917 |
| | Dışa Dönüklük | 0,111 | 0,040 | 0,086 | 2,779 | 0,006 |
| | Uyumluluk | -0,129 | 0,040 | -0,108 | -3,183 | 0,002 |
| | Sorumluluk | -0,035 | 0,048 | -0,029 | -0,727 | 0,468 |
| | Duygusal Denge | 0,952 | 0,048 | 0,841 | 19,882 | 0,000 |
| | Deneyime Açıklık | 0,119 | 0,045 | 0,096 | 2,676 | 0,008 |
| R= 0,861 R²= 0,741 F= 167,594 p= 0,000 | | | | | | |
| Duygusal Etki | (Sabit) | 1,671 | 0,259 | | 6,439 | 0,000 |
| | Dışa Dönüklük | -0,001 | 0,048 | -0,001 | -0,013 | 0,990 |
| | Uyumluluk | 0,010 | 0,049 | 0,011 | 0,206 | 0,837 |
| | Sorumluluk | 0,163 | 0,058 | 0,172 | 2,829 | 0,005 |
| | Duygusal Denge | 0,459 | 0,058 | 0,511 | 7,943 | 0,000 |
| | Deneyime Açıklık | -0,024 | 0,054 | -0,024 | -0,440 | 0,661 |
| R= 0,632 R²=0,400 F= 39,016 p= 0,000 | | | | | | |

Tablo 8’de Kişilik tipleri ölçeği alt boyutlarının Sporda Sosyal Bütünleşme Ölçeği alt boyutları üzerindeki yordama gücünün değerlendirilmesi amacıyla SSBÖ’deki alt boyutlar tek tek bağımlı değişken olarak alınmış ve çoklu doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Tablo incelendiğinde; kişisel gelişim alt boyutunu, KTÖ alt boyutlarından oluşan bağımsız değişkenlerin %82 oranında ($R^2=0,821$) açıkladığı tespit edilmiştir. Anlamli etki oluşturan bağımsız değişkenlerin görelî önem sırası, sorumluluk, duygusal denge, uyumluluk ve deneyime açıklık şeklindedir.

İkinci bağımlı değişken olan sosyalleşme boyutunu; bağımsız değişkenlerin %87 oranında ($R^2=0,870$) açıkladığı ve anlamlı sonuçlar veren bağımsız değişkenlerin görelî önem sırasının da duygusal denge, sorumluluk ve uyumluluk şeklinde olduğu belirlenmiştir.

Üçüncü bağımlı değişken olan fiziksel fayda boyutunu; bağımsız değişkenlerin %52 oranında ($R^2=0,516$) açıkladığı tespit edilmiştir. Bağımlı değişkenlerden ise önem sırasına göre, sorumluluk ve deneyime açıklık boyutlarının anlamlı yordayıcı etkiye sahip olduğu görülmektedir.

Dördüncü bağımlı değişken olan bütünleşme boyutunu; KTÖ değişkenlerinin %44 oranında ($R^2=0,441$) açıkladığı belirlenmiştir. Bağımsız değişkenlerden önem sırasına göre, duygusal denge, deneyime açıklık ve sorumluluk alt boyutları anlamlı yordayıcı etkiye sahiptir.

Beşinci bağımlı değişken olan psikolojik gelişim alt boyutunu; KTÖ alt boyutları %63 oranında ($R^2=0,663$) oranında açıklamaktadır. Bağımlı değişkenlerden ise önem sırasına göre, duygusal denge, sorumluluk ve uyumluluk alt boyutlarının anlamlı yordayıcı etkiye sahip olduğu belirlenmiştir.

Altıncı bağımlı değişken olan ahlaki gelişim alt boyutunu; KTÖ alt boyutları %74 oranında ($R^2=0,741$) açıklamaktadır. Bağımsız değişkenlerden önem sırasına göre duygusal denge, uyumluluk, deneyime açıklık, dışa dönüklük alt boyutları anlamlı yordayıcı etkiye sahiptir.

Yedinci ve son bağımlı değişken olan duygusal etki boyutunu; KTÖ alt boyutları %40 oranında ($R^2=0,400$) açıklamaktadır. Bağımsız değişkenlerden önem sırasına göre duygusal denge ve sorumluluk alt boyutlarının bağımlı değişken üzerinde anlamlı yordayıcı etkiye sahip olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 8’ de aktarılan durum genel hatlarıyla incelendiğinde kişilik tipleri ölçeği boyutlarının sporcuların sosyal bütünleşme düzeylerinde anlamlı yordayıcı etkiye sahip olduğu söylenebilmektedir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bireyler arası uyum, bir kimlik bağlamında kişiliklerin birbirleriyle çatışmadan varlıklarını ve birlikteliklerini sürdürmeleridir. Sporun insanların sosyalleşmesini sağlayan bir ortam yaratmaktadır. Sporun birçok yararı sayılabilirken bir amacı da sportif başarıdan çok her bireyin varlık yapısında bulunan kişilik gelişimine katkı sağlamasıdır. Spor doğası gereği bireyleri fiziksel olarak güçlendirdiği gibi zihinsel ve psikolojik olarak da güçlü sosyal bireyler haline getirdiği söylenebilmektedir. Bu kapsamda bu bölümde analiz sonuçlarına göre belirlenen dört hipotez aşağıda tartışılmıştır.

H₁: Fiziksel aktivite yapan bireylerin sporda sosyal bütünleşme düzeyleri ile kişilik tipleri arasında ilişki vardır.

Hipotez 1 değerlendirildiğinde kişilik tiplerindeki gelişim düzeyi arttıkça sporda sosyal bütünleşme düzeyinin arttığı aynı zamanda bireyin sporda sosyal bütünleşme düzeyi arttıkça da kişilik tiplerinde de gelişimin arttığı araştırma sonucunda ortaya çıkmıştır. Bu sonuca göre hipotezimiz doğrulanmıştır. Fiziksel aktivite yapan bireylerin sosyal bütünleşmeleri arttıkça kişilik tiplerinden uyumluluk, sorumluluk, duygusal denge (nevrotiklik) ve deneyime açıklık yönleri de gelişim göstermektedir. Yapılan araştırmalar uyumlu insanların sosyal ilişkilerinin daha olumlu düzeyde olduğu ve çevresindeki insanlarla daha az sorun yaşadığını belirtmektedir (Berry ve Hansen, 2000; Jensen-Campbell ve Graziano, 2001). Fiziksel aktivite yapan bireyin sosyalleşmesinin yanında sorumluluk düzeyinin de arttığı, başka bir deyişle daha fazla kontrol ve disiplin sahibi olduğu belirtilmiştir. Ayrıca bu bireylerin diğer bireylere göre daha düzenli ve planlı oldukları yapılan araştırmalarda ortaya çıkarılmıştır (Burger, 2006). Bireylerin sosyalleşmesi arttıkça kişilik özelliklerinden duygusal denge (nevrotiklik) özellikleri de atmaktadır. Bu sonuç normal şartlarda beklenen bir sonuç değildir. Çünkü bireyin duygusal denge (nevrotiklik) düzeyi ne kadar yüksekse yaşadıkları stres, öfke, kaygı ve suçluluk düzeyleri de o oranda artmaktadır (Costa ve McCrae, 1987). Ancak sporla uğraşan insanların mücadele ortamındaki kazanma hırsı, bireylerin sosyalleşmesinin yanında nevrotik kişilik düzeyini de artırmasına neden olabilir. Dobersek ve Bartling (2008) yaptıkları çalışmada sporcu olanların nevrotiklik düzeylerinin sporcu olmayanlara göre daha yüksek olduğu sonucuna varmıştır. Shairati ve Bakhtiari (2011) ise yapmış oldukları çalışmada çalışmamızın aksine spor yapan bireylerin duygusal denge (nevrotiklik) düzeylerinin spor yapmayan bireylere göre daha düşük düzeyde olduğu sonucuna varmışlardır. Spor müsabakaları iletişim ve sosyal etkileşimi içermektedir. Bu nedenle dışlanmış bireylerin sosyalleşmesi için spor uygun bir araçtır (Allen ve ark., 2013). Sosyal bütünleşmesi artan bireylerin kişilik özelliklerinden deneyime açıklık özelliklerinin de arttığı görülmüştür. Deneyime açıklık kişiler arası ilişkilerde açık olmaktan çok, deneyimlere açık olmak anlamındadır. Bu kişilik özelliğinde güçlü bir hayal gücü, yeni görüşleri kabul etme isteği, çok yönlü düşünme ve zihinsel merak vardır (Burger, 2004). Spor kavramı da tam bu yönde kişilerin yeni deneyimler kazanmasında yardımcı olabilecek bir araç olabilmektedir. Şentürk

(2014) de yaptığı çalışmada spor ile iyi ilişkiler içerisinde olan grupların olumlu özelliklerini ortaya çıkarmaya yardım edecek bir ölçüm aracını literatüre kazandırmış ve sporun bireyler ve gruplar üzerindeki etkisini ortaya koyma yolunda katkı sağlamıştır.

H₂: Cinsiyet değişkenine göre fiziksel aktivite yapan bireylerin sporda sosyal bütünleşme ile kişilik tipleri arasındaki ilişki farklılaşmaktadır.

Bulgular sonucunda kadınların kişilik özelliklerinden dışa dönüklük boyutu artıkça sosyalleşme ve duygusal etki düzeylerinin de erkeklere oranla daha fazla artış gösterdiği sonucuna varılmıştır. Ayrıca sosyal bütünleşmesi yüksek olan kadınların deneyime açıklık durumları erkeklere göre daha fazla artarken, duygusal denge (nevrotiklik) düzeyleri ile ahlaki gelişim arasındaki ilişkide erkeklere göre daha fazla artmaktadır. Erkeklerin ise ahlaki gelişim düzeyleri arttıkça kişilik özelliklerinden uyumluluk, sorumluluk ve duygusal denge boyutu kadınlara göre daha fazla artış göstermektedir. Kişilik birçok faktörden etkilendiği çeşitli çalışmalarla ortaya konulmuştur (Berger ve Littlefield, 2013; Jockin ve ark., 1996). Bunlardan en önemlileri çevre, kalıtım ve cinsiyettir (Jung, 1995). Kadınlar erkeklere göre daha sosyal varlıklardır. Bu çalışma sonucunda da kadınların dışa dönüklükleri ve sosyalleşmelerinin erkeklere göre daha fazla olduğu görülmektedir. Bunun yanı sıra kadınların erkeklere oranla duygusal denge (nevrotiklik) düzeyleri de fazladır. Yapılan araştırmalar kadınların kaygı, depresyon ve gerginlik gibi nevrotik davranışları daha sık sergilediklerini göstermektedir (Eysenck ve Eysenck, 1975; McNair ve ark., 1971). Newcombe ve Boyle (1995) de yaptıkları çalışma sonucunda erkeklerin kadınlara göre daha az kaygılı, dışa dönük ve nevrotik olduğu sonucuna varmışlardır.

H₃: Fiziksel aktivite yapan bireylerin yaptıkları spor türüne göre sosyal bütünleşme ile kişilik tipleri arasındaki ilişki farklılaşmaktadır.

Hipotez 3 incelendiğinde takım sporu yapan bireyler ile bireysel spor yapan bireylerin sosyal bütünleşme ve kişilik tipleri arasındaki ilişkinin farklı boyutlarda farklılaştığı tespit edilmiştir. Genel olarak bakıldığında takım sporları ile uğraşan bireylerin bireysel sporlarla uğraşan bireylere göre sosyal bütünleşme düzeyleri ile kişilik özelliklerinin daha fazla arttığı sonucuna varılmıştır. Ancak bireysel spor ile uğraşan bireylerin takım sporcularına göre sorumluluk özellikleri ile sosyal bütünleşmede fiziksel fayda düzeyleri daha fazla artmaktadır. Yapılan çalışmalar bireysel sporla uğraşan bireylerin daha içe dönük olduğunu göstermektedir. Bu sonuç, önceki araştırmalarda takım sporlarının sosyal entegrasyona daha elverişli olduğunu belirtmektedir. Eagleton ve arkadaşlarının (2007) yılında yaptıkları çalışmada takım sporuyla uğraşan bireylerin dışa dönüklüklerinin bireysel sporla uğraşan bireylerden daha yüksek olduğu sonucuna varmışlardır. Nia ve Besharat (2010) ise yaptıkları çalışmada takım sporcularının sosyalleşmelerinin daha yüksek düzeyde olduğu sonucuna varmıştır. Yine Devecioğlu ve arkadaşları (2012) da yaptıkları çalışmada takım sporcularının sosyalleşme düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Takım sporları insanların bir araya gelerek gruplar halinde hareket etmesine ve kişiler arası iletişim ve etkileşimin artmasına neden olmaktadır. Bu sebeple takım sporu ile uğraşan kişilerin sosyal bütünleşme düzeylerinin ve kişilik özelliklerinden uyumluluk, sorumluluk özelliklerinin bireysel sporlarla uğraşan bireylere göre daha fazla olması beklenen bir durumdur.

H₄: Fiziksel aktivite yapan bireylerin sosyal bütünleşme düzeylerinin kişilik tiplerine etkisi vardır.

Sporda sosyal bütünleşme alt boyutlarının kişilik tipleri üzerinde anlamlı yordayıcı etkilerinin olduğu araştırma sonucunda elde edilmiştir. Spor yapmak yalnızca bir bedensel uğraş olmayıp aynı zamanda sosyalleşme ve topluma uyma sürecidir. Spor bir kurallar dizisi ile

sınırlandırılmıştır. Ayrıca taşıdığı özelliklere göre takıma uyma özelliklerini gerektirir. Kuralların temelinde sportif etkinliğin kişilik üzerinde etkileri bulunmaktadır (Küçük ve Koç, 2004). Küçük ve Koç'un (2004) da belirttiği gibi bireylerin spora katılımı sırasında ve devam eden süreçlerde yaşadığı olumlu (mutluluk, heyecan, kazanma hırsı vb.) ya da olumsuz (kaygı, stres, depresyon vb.) durumlar kişiliklerinin gelişmesinde önemli rol oynamaktadır. Bireyler fiziksel aktiviteye katılımında daha dışa dönük bireyler olarak sosyalleşmekte iken, özellikle takım sporlarıyla uğraşan bireyler sporda sosyal bütünleşmeyi daha fazla gerçekleştirmektedir. Aynı zamanda bu bireyler kişilik tiplerinden uyumluluk, sorumluluk, dışa dönüklük, deneyime açıklık gibi özelliklerinin de gelişmesini sağlamaktadırlar.

Genel olarak araştırma sonuçlarına bakacak olursak, sporda sosyal bütünleşme düzeyinin bireylerin kişilik özelliklerine doğrudan etki ettiği sonucu elde edilmiştir. Kadınların erkeklere oranla dışa dönüklük ve sosyalleşme oranları daha fazla iken erkeklerinde kadınlara göre uyumluluk ve sorumluluk özellikleri daha fazladır. Ayrıca kadınların erkeklere oranla nevroz düzeyleri daha yüksektir. Takım sporuyla uğraşan bireylerin de bireysel sporla uğraşan bireylere göre sosyalleşme düzeyleri ve uyumluluk, sorumluluk özellikleri daha yüksektir. Sonuç olarak spor bireylerin sosyal bütünleşmesi ile birlikte kişilik gelişimleri için çok önemli bir araçtır. Bu çalışma sporda sosyal bütünleşme ve kişilik tiplerinin birlikte incelendiği ilk çalışma olduğu için önem arz etmektedir. Gelecek çalışmalarda bu tip çalışmalar artırılabilir. Ayrıca spor branşları belirtilerek branşlar arasındaki sosyal bütünleşme ve kişilik tipleri incelenebilir. Temaslı ve temaslı sporlarla ilgili çalışmalar desteklenebilir.

KAYNAKLAR

Allen M. S., Greenlees I., Jones, M. (2013). Personality in sport: A comprehensive review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 6, 184–208. doi:10.1080/1750984X.2013.769614

Bayar P. (2003). Spor yapan ve yapmayan bayanların kişilik özelliklerinin karşılaştırılması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 14(3), 133-143.

Berger R. A., Littlefield D. H. (1969). Comparison between football athletes and nonathletes on personality. *Research Quarterly. American Association for Health, Physical Education and Recreation*, 40(4), 663-665.

Berkman L. F. (1995). The role of social relations in health promotion. *Psychosomatic Medicine*, 57, 245-254.

Berry D. S., Hansen J. S. (2000). Personality, nonverbal behavior, and interaction quality in female dyads. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 278 –292.

Brisette I., Cohen S., Seeman T. E. (2000). Measuring social integration and social networks. *Social support measurement and intervention: A guide for health and social scientists*, 53, 85.

Burger J.M. (2006). Kişilik psikoloji biliminin insan doğasına dair söyledikleri (Çev.İnan Deniz Erguvan Sarıoğlu). *Kaktüs Psikoloji*.

Büyükbasmacı Y. E., Tazegül Ü. (2016). Düzenli Olarak Spor Yapan ve Yapmayan Bireylerin Sosyotropik-Otonomik Kişilik Düzeylerinin Karşılaştırılması. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 4 (37), 611-617.

Büyüköztürk Ş., Çakmak E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., Demirel, F. (2017). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Pegem Atıf İndeksi, 1-360.

Cohen S., Underwood L.G., Gottlieb B. H. (2000). *Social support measurement and intervention: A guide for health and social scientists* (pp. 53-85). New York, NY, US: Oxford University Press.

- Cohen S., Wills T. A. (1985). Stress, social support and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98, 310-357.
- Costa P. T., McCrae R. R. (1987). Neuroticism, somatic complaints, and disease: Is the bark worse than the bite? *Journal of Personality*, 55(2), 299-316.
- Devecioglu S., Sahan H., Yildiz M., Tekin M., Sim H. (2012). Examination of socialization levels of university students engaging in individual and team sports. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 46, 326-330.
- Digman J. M. (1997). Higher-order factors of the Big Five. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(6), 1246.
- Dobersek U., Bartling C. (2008). Connection between personality type and sport. *American Journal of Psychological Research*, 4 (1), 21- 28.
- Doğan T. (2013). Beş faktör kişilik özellikleri ve öznel iyi oluş. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 14(1), 56-64. doi:10.1111/j.0022-3506.2004.00284.x
- Duriez B., Soenens B., Beyers W. (2004). Personality, identity styles, and religiosity: An integrative study among late adolescents in Flanders (Belgium). *Journal of Personality*, 72, 877–910. doi:10.1111/j.0022-3506.2004.00284.x
- Eagleton J. R., McKelvie S. J., De Man A. (2007). Extra version and neuroticism in team sport participants, individual sport participants, and nonparticipants. *Perceptual and motor skills*, 105(1), 265-275.
- Elmose-Østerlund K, Ørnulf S., Ramon L, Jan-Willem V.D.R., Jenny A.Z., Siegfried N. (2019). Social integration in sports clubs: individual and organisational factors in a European context, *European Journal for Sport and Society*, DOI: 10.1080/16138171.2019.1652382
- Eraslan M. (2015). Spor Bölümlerinde Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Kişilik Özelliklerinin ve Stresle Başa Çıkma Stilllerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(12), 65-82.
- Erikson E. H. (1950). *Childhood and society*. New York: Norton.
- Eysenck H.J., Eysenck S.B.G. (1975). *Manual for the Eysenck Personality Questionnaire*. London: Hodder & Stoughton.
- Fletcher R, Dowell L. (1971). Selected Personality Characteristics of High School Athletes and Nonathletes, *The Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 77:1, 39-41, DOI: 10.1080/00223980.1971.9916852
- Foulkes, S. H. (2018). *Introduction to group-analytic psychotherapy: Studies in the social integration of individuals and groups*. Routledge.
- Frieder R. E., Wang G., Oh I. S. (2018). Linking job-relevant personality traits, transformational leadership, and job performance via perceived meaningfulness at work: A moderated mediation model. *Journal of Applied Psychology*, 103(3), 324.
- Fulkerson J. A., Keel P. K., Leon G. R., Dorr T. (1999). Eating-disordered behaviors and personality characteristics of high school athletes and nonathletes. *International journal of eating disorders*, 26(1), 73-79.
- Goldberg L. R. (1990). An alternative" description of personality": the big-five factor structure. *Journal of personality and social psychology*, 59(6), 1216.
- Goldthorpe J. H. (2017). Social inequality and social integration. In *Social Policy and Public Policy* (pp. 32-40). Routledge.

- Hall D. A. (2004). A Comparative Study of Perceptions of Participants and Non-Participants in a Campus Recreation Program on the Quality of Students' College Experiences. Unpublished Ph. D. Dissertation, University of Pacific, California, USA.
- Harris M. A., Brett C. E., Starr J. M., Deary I. J., Johnson, W. (2016). Personality and other lifelong influences on older-age health and wellbeing: Preliminary findings in two Scottish samples. *European journal of personality*, 30(5), 438-455.
- Hittner J. B., Penmetsa N., Bianculli V., Swickert R. (2020). Personality and substance use correlates of e-cigarette use in college students. *Personality and Individual Differences*, 152, 109605.
- Ilyasi G., Salehian M. H. (2011). Comparison of personality traits between individual and team athletes. *Middle-East Journal of Scientific Research*, 9(4), 527-530.
- Jensen-Campbell L.A., Graziano W.G. (2001). Agreeableness as a moderator of interpersonal conflict. *J. Personal*, 69, 323–61.
- Jocklin V., McGue M., Lykken D. T. (1996). Personality and divorce: A genetic analysis. *Journal of personality and social psychology*, 71(2), 288.
- Judge T. A., Higgins C. A., Thoresen C. J., Barrick M. R. (1999). The big five personality traits, general mental ability, and career success across the lifespan. *Personnel Psychology*, 52(3), 621-652.
- Jung J. (1995). Ethnic group and gender differences in the relationship between personality and coping. *Anxiety, Stress, and Coping*, 8(2), 113-126.
- Kaplan T., Aktaş S., Tükel Y., Atılgan D. (2017). Rekreasyonel Olarak Aktif Üniversite Öğrencilerinin Kişilik Tiplerinin İncelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 8(2), 135-144.
- Karaca M. (2012). Farklılaşma, bütünlük ve birlikte yaşama üzerine. *Dicle University Journal of Ziya Gokalp Education Faculty*, 18.
- Karasar N. (2016) *Bilimsel Araştırma yöntemi: Kavramlar ilkeler teknikler*. 31. Baskı Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Küçük V., Koç H. (2004). Psiko-sosyal gelişim süreci içerisinde insan ve spor ilişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (10).
- Levine I, Stokes JP. (1986). An examination of the relation between individual difference variables to loneliness. *Journal of Personality*, 54, 717-733.
- McCrae R. R. (1992). The five-factor model: Issues and applications (Special issue). *Journal of Personality*, 60(2), 175-215.
- McNair D.M., Lorr M., Droppleman L.F. (1971). *Profile of Mood States Manual*. San Diego: Educational and Industrial Testing Service
- Nia M. E., Besharat M. A. (2010). Comparison of athletes' personality characteristics in individual and team sports. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 5, 808-812. <http://doi.org/bwx652>
- Özgül M. (2017). Kolektif ve bireysel kimlikler bağlamında sosyal bütünlük. *Journal of Suleyman Demirel University Institute of Social Sciences*, 28(3).
- Özgen F. (2016). Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ile kişilik ilişkisinin incelenmesi. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Çanakkale.
- Passer M. Smith R., Holt N., Bremner, A., Sutherland E., Vliek M. (2009). *Psychology The Science of Mind and Behaviour*. McGraw-Hill Education.

- Newcombe P.A., Boyle G.J. (1995). High school students' sports personalities: Variations across participation level, gender, type of sport, and success. *International Journal of Sport Psychology*, 26, 277-294: ISSN 0047-0767.
- Sato M., Jordan J.S., Funk D.C., Sachs M.L. (2018). Running involvement and life satisfaction: The role of personality, *Journal of Leisure Research*, 49(1), 28-45, DOI: 10.1080/00222216.2018.1425051
- Schultz D.P, Schultz S. E. (2005). *Theories of Personality*. Wadsworth, a division of Thomson Learning.
- Seeman T. E. (1996). Social ties and health: The benefits of social integration. *Annals of Epidemiology*, 6, 442-451.
- Shariati M., Bakhtiari S. (2011). Comparison of personality characteristics athlete and non-athlete student, Islamic Azad University of Ahvaz. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 2312-2315.
- Sudak M. K., Zehir C. (2013). Kişilik tipleri, duygusal zekâ, iş tatmini ilişkisi üzerine yapılan bir araştırma. *Yönetim Bilimleri Dergisi*, 11(22), 141-165.
- Şahan H. (2008). Üniversite öğrencilerinin sosyalleşme sürecinde spor aktivitelerinin rolü. *Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 2008(2), 248-266.
- Ulseth, A. B. (2004). Social integration in modern sport: Commercial fitness centres and voluntary sports clubs, *European Sport Management Quarterly*, 4(2), 95-115, DOI: 10.1080/16184740408737471
- Yazgan İnanç B., Yerlikaya E.E. (2015). *Kişilik Kuramları*. Pegem Akademi.
- Yılmaz B., Karlı Ü., Yetim A. A. (2006). Sporda sosyal bütünleşme ölçeği (SSBÖ) geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(4), 3-10.
- Yüksel Ö. (2006). *Davranış Bilimleri*, Ankara, Gazi Kitabevi.
- Zweig D., Webster J. (2004). What are we measuring? An examination of the relationships between the big-five personality traits, goal orientation, and performance intentions. *Personality and Individual Differences*, 36(7), 1693-1708.

Geliş Tarihi (Received): 06.09.2019
Kabul Tarihi (Accepted): 01.12.2019
SPORMETRE, 2019,17(4),250-264
DOI: 10.33689/spormetre.629890

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN YÖNETİCİLİĞE YÖNELİM NEDENLERİ

Oğuz Kaan ESENTÜRK¹, Nuri Berk GÜNGÖR²

¹Ezincan Binali Yıldırım Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Erzincan

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Öz: Bu çalışmada, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin yöneticiliğe yönelme sebeplerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Mevcut çalışmada nitel araştırma yaklaşımlarından temel nitel araştırma modeli kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubu, Ankara ve Trabzon illerinde farklı okul türlerinde yöneticilik görevinde bulunan 10 beden eğitimi öğretmeninden oluşmaktadır. Çalışmada veri toplama aracı olarak yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Çalışmada çalışma grubundan elde edilen verilerin analizinde tematik analiz yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın geçerliği, beden eğitimi öğretmenleri ile gerçekleştirilen görüşmelerden elde edilen verilerin ayrıntılı şekilde sunulması ve çalışma grubunun görüşlerine yönelik doğrudan alıntılar yapılması ile sağlanmaya çalışılmıştır. Araştırmanın güvenilirliği kapsamında, ham verilerin kodlanması ve oluşturulan kodların kategorilere yerleştirilmesi gerçekleştirilmiş olup; bu süreçte 2 uzmanın görüşlerinden faydalanılmıştır. Çalışmada beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin yöneticiliğe yönelme nedenleri 9 kategori altında toplanmıştır. Bu kategoriler sırasıyla “Maddi beklentiler”, “Mesleki ayrıcalık”, “Sosyal kazanım”, “Saygınlık”, “Kendini gösterme”, “Mesleki doyum”, “Alana katkı sağlama”, “Kişilik özellikleri” ve “Mesleki tükenmişlik” olmak üzere 9 boyuttan oluşmaktadır. Bu 9 kategoride toplam 27 kod elde edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi ve spor öğretmeni, Yöneticilik özellikleri, Yönelme sebepleri

THE REASONS FOR THE TENDENCY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS TEACHERS TO BECOME ADMINISTRATORS

Abstract: In this study, it was aimed to examine the reasons for the tendency of physical education and sports teachers to become administrators. In the research, the basic qualitative research model was used. The study group of the research consisted of 10 physical education teachers who worked as administrators in different school types in Ankara and Trabzon. A semi-structured interview form was used as data collection tool in the research. In the analysis of the data obtained from the study group, thematic analysis method was employed. The validity of the study was tried to be ensured by presenting the data obtained from the interviews with physical education teachers in detail and by directly quoting the opinions of the study group. Within the scope of the reliability of the research, the raw data were coded and the generated codes were classified in different categories; in this process, the opinions of 2 experts were benefited from. In the study, the reasons for the tendency of physical education and sports teachers to become administrators were classified under 9 categories. These categories consisted of 9 dimensions such as “Financial expectations”, “Professional privilege”, “Social gain”, “Respectability”, “Manifesting oneself”, “Professional satisfaction”, “Contribution to the field”, “Personality characteristics” and “Professional burnout”, respectively. A total of 27 codes were obtained in these 9 categories.

Keywords: Physical education and sports teacher, Administrators' characteristics, Reasons for the tendency

GİRİŞ

Tarihçi Daniel A.Wren örgüt ve yönetim düşüncesinin başlangıcını MÖ. 5000’li yıllara kadar götürmesine rağmen (Aktan, 2003), yönetimin ayrı bir bilim dalı olarak incelenmesi son yüzyılın ürünüdür (Başaran, 1991; Can, 1999). Yönetim kavramına en büyük önemin atfedildiği kurumların başında ise okullar geldiği düşünülmektedir.

Etkili okulun boyutları arasında okul müdürü, öğretmen, öğrenci, okul programı, öğretim süreci, okul kültürü ve iklimi, okulun çevresi ve veliler sayılmaktadır. Ancak bu boyutlar içerisinde etkili bir okul profiline sahip olabilmekte en önemli rol okul müdürüne düşmektedir (Şişman, 1996).

Okul müdürleri, okul başarısı için zorunlu kişiler olarak kabul edilmektedir (Leithwood ve Seashore-Louis, 2011). Çünkü okul müdürleri, okul ile ilgili planlamadan birinci derecede sorumlu kişilerdir. Buna ek olarak, zaman planlaması da üzerinde durulması gereken önemli bir noktadır (Çelik, İlhan ve Esentürk, 2015). Okul müdürünün liderliği sayesinde, okullar, olumlu sosyal etkileşimi ve entelektüel gelişmeyi teşvik ederek öğrenciler için en uygun eğitsel koşulları yaratabilir (Dimmock, 2013; Robinson, Lloyd ve Rowe, 2008). Yapılan araştırmalar (Davis, Darling Hammond, LaPointe ve Meyerson, 2005; Dhuey ve Smith, 2018; Orr, King ve La Pointe, 2010), okul müdürlerinin okullarının işleyişine ve performanslarına önemli katkılar yaptığını ortaya koymaktadır. Öğretmenler ve personel için olumlu bir çalışma ortamı oluşturma, topluluk üyeleriyle yapıcı ilişkileri sürdürme ve öğrenci davranışları ile ilgili hassas sorunları ele alma gibi faktörler doğrudan okul müdürünün eylemlerine bağlıdır (Clifford, 2012; Robinson, Lloyd ve Rowe, 2008; Seashore Louis, Leithwood, Wahlstrom ve Anderson, 2010). Ancak etkili müdürlere duyulan ihtiyaca rağmen, dünyanın pek çok bölgesinde bu mesleki pozisyon için aday yetersizliği bulunmaktadır (Goldring ve Taie, 2014; Nieder-Entgelmeier, 2017).

Son yıllarda okullarda yönetici olarak görev alan beden eğitimi ve spor öğretmenleri sayısında artış olduğu gözlenmektedir. Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin okullarda yönetici olarak görev almalarının en önemli sebepleri arasında, bransa özgü geliştirilen mesleki ve kişisel özelliklerin olduğu düşünülmektedir. Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin kişisel niteliklerinin belirlenmesine yönelik yapılan araştırmaların öğrencilerin değerlendirmeleri üzerinden gerçekleştirildiği görülmektedir (Saçlı, Bulca, Demirhan ve Kangalgil, 2009). Bu araştırmalarda, “iyi bir beden eğitimi öğretmeninde bulunması gereken nitelikler”; sınıf yönetimi, kişilik, strateji-teknik ve görünüş olarak dört temel başlık altında ifade edilmişken, kişisel nitelikler incelendiğinde beden eğitimi öğrenenlerinin sevimli, koruyucu, yardımsever, istekli, teşvik eden, algılayan, sıcak, canlı, olumlu, sabırlı, neşeli, anlayışlı, duygulu, dürüst, nazik, samimi, dikkatli, açık fikirli olmaları gerektiği belirtilmiştir (Laminack ve Long, 1985). Bununla beraber, lider pozisyonunda görev alan yöneticilerin zaman zaman liderlik modellerini geliştirmeye yönelik adımlar atmaları personel veriminin artmasına katkıda bulunan etkenlerden biri olarak görülmektedir (Mızrak, Katkat ve Yenel, 2006).

Yapılan araştırmalarda (Easley ve Elmeski, 2016; Hancock, Müller ve Wang, 2016; Tyre, 2015), insanları müdür olma fikrinden uzak tutan en az üç faktörden söz edilmektedir: (1) stres; (2) maaşların mesleki sorumluluğun büyüklüğü ile orantılı olmaması ve (3) müdürlük pozisyonunun zaman alıcı ve karmaşık olması. Bu yaygın mesleki engellerin bilinmesine rağmen, insanları okulda yönetici olmaya yönelten sebepler hakkında çok az bilgi bulunmaktadır (Hancock, Müller, & Wang, 2016). Dolayısıyla bu araştırmadan elde edilecek bulguların, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin neden okul yöneticisi olmayı seçtikleri konusunda alanyazına önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir. Bu araştırmanın amacı beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin yöneticiliğe yönelme sebeplerini belirlemektir. Bu amaç doğrultusunda araştırmaya yön veren soru aşağıdaki gibidir:

1- Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin yöneticilik görevine yönelme sebepleri nelerdir?

MATERYAL VE METOT

Bu bölüm, araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama aracı, verilerin analizi ve geçerlik-güvenirlilik başlıklarından oluşmaktadır.

Araştırmanın Modeli

Mevcut araştırmada nitel araştırma yaklaşımlarından temel nitel araştırma modeli kullanılmıştır. Merriam (2015) temel nitel araştırma modelini, araştırmacıların bireylerin yaşamdaki deneyimlerini nasıl yorumladıklarını, ne tür duygulara sahip olduklarını, dünyayı nasıl algıladıklarını ve şekillendirdiklerini araştıran bir yöntem olarak tanımlamıştır. Temel nitel araştırma modelinin en önemli faydalarından biri, veriler tarafından sağlananlardan daha bütüncül, betimleyici ve zengin açıklamalar ile daha derinlemesine bir anlayışı mümkün kılmasıdır (Merriam, 2015; Miles, Huberman ve Saldana, 2014; Yin, 2014). Temel nitel araştırma modeli bu araştırmada, yöneticilik görevinde bulunan beden eğitimi öğretmenlerinin yöneticiliğe yönelme nedenlerinin belirlenmesi amacıyla kullanılmıştır.

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu, Ankara ve Trabzon illerinde farklı okul türlerinde yöneticilik görevinde bulunan 10 beden eğitimi öğretmeninden oluşmaktadır. Araştırmanın katılımcı sayısının belirlenmesinde elde edilen görüşme kayıtlarında tekrarlayan ifadelerin sıklığına (Ekiz, 2009) göre 10 katılımcı ile araştırma sınırlanmıştır. Çalışma grubunun belirlenmesi sürecinde, seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Bu örnekleme yöntemi ile araştırmacı, belirli bir amaç doğrultusunda veya odaklanılan konuyla ilgili ihtiyacı olan çalışma grubunu seçme imkânına sahiptir (Cohen, Monion ve Morrison, 2007; Neuman, 2014). Araştırmada amaçlı örnekleme modellerinden ölçüt örnekleme modeli (Creswell, 2007; Merriam, 2015; Yıldırım ve Şimşek, 2016) kullanılarak; araştırmanın amacı doğrultusunda önceden belirlenmiş ölçütlere göre katılımcı seçimi gerçekleştirilmiştir. Çalışma grubuna dâhil edilen beden eğitimi öğretmenlerinin okullarda yönetici (müdür veya müdür yardımcısı) olarak görev yapmaları veya yapmış olmaları ölçüt olarak belirlenmiştir. Araştırmanın tasarlanması sürecinde *deneyimli bir beden eğitimi öğretmeni ile yapılan görüşmede, beden eğitimi öğretmeni sayısının fazla olduğu illerde yöneticiliğe yönelme nedenlerinin farklılaşabileceği şeklinde bir öneri ortaya çıkmıştır. Bu önerinin dikkate alınmasıyla bir büyükşehirde (Ankara) görev yapan beden eğitimi öğretmenleri de araştırmaya dahil edilmiş ve ölçüt olarak değerlendirilmiştir. Bu ölçütü karşılayan 9 beden eğitimi öğretmeni araştırmaya dahil edilmiştir. Tablo 1’de çalışma grubuna ilişkin demografik bilgiler sunulmuştur.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Bilgileri

| Katılımcılar | Yöneticilik Türü | Cinsiyet | Görev yeri | Hizmet Yılı (Beden Eğitimi Öğretmenliği) | Hizmet Yılı (Yöneticilik) |
|---------------|------------------|----------|------------|--|---------------------------|
| 1. Katılımcı | MY | Erkek | Trabzon | 15 | 5 |
| 2. Katılımcı | MY | Kadın | Ankara | 21 | 3 |
| 3. Katılımcı | M | Erkek | Trabzon | 19 | 20 |
| 4. Katılımcı | MY | Erkek | Ankara | 13 | 4 |
| 5. Katılımcı | M | Kadın | Ankara | 23 | 7 |
| 6. Katılımcı | MY | Erkek | Ankara | 6 | 2 |
| 7. Katılımcı | M | Erkek | Trabzon | 9 | 3 |
| 8. Katılımcı | M | Erkek | Trabzon | 16 | 5 |
| 9. Katılımcı | MY | Erkek | Trabzon | 25 | 3 |
| 10. Katılımcı | MY | Erkek | Ankara | 7 | 4 |

M: Müdür, MY: Müdür Yardımcısı

*Deneyimli kelimesi 25 yılın üzerinde yöneticilik hizmet yılına sahip beden eğitimi ve spor öğretmenini ifade etmektedir.

Tablo 1, çalışma grubunda 4 müdür ve 6 müdür yardımcısı olduğunu göstermektedir. Ayrıca müdür ve müdür yardımcılarının çalıştıkları il dağılımının Trabzon (n:5) ve Ankara (n:5) olduğu görülmektedir. Okul müdürlerinin beden eğitim öğretmenliği hizmet yılı

incelendiğinde; en az 9, en fazla 23 yıl olduğu görülmüştür. Okul müdürlerinin yöneticilik hizmet yılı incelendiğinde ise; en az 3, en fazla 20 yıl olduğu belirlenmiştir. Benzer şekilde müdür yardımcılarının beden eğitim öğretmenliği hizmet yılı incelendiğinde; en az 7, en fazla 25 yıl olduğu görülmüştür. Müdür yardımcılarının yöneticilik hizmet yılı incelendiğinde ise; en az 2, en fazla 5 yıl olduğu belirlenmiştir.

Veri Toplama Aracı

Araştırmada yöneticilik görevinde bulunan beden eğitimi öğretmenlerinin yöneticiliğe yönelme nedenlerini belirleyebilmek amacıyla, Bogdan ve Biklen'in (2003) önerdiği ve katılımcıların belirli konu ile ilgili düşüncelerini özgürce ifade etmelerine fırsat sunan yarı yapılandırılmış görüşmeler kullanılmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşmelerde önceden belirlenmiş sorular vardır, ancak soruların sırası değişebilir veya katılımcıların cevaplarına bağlı olarak görüşme sırasında ek sorular sorulabilir (Berg ve Lune, 2012; Büyüköztürk ve arkadaşları, 2012). Yarı yapılandırılmış görüşme formlarının içeriğinin hazırlanmasında, Yıldırım ve Şimşek (2016)'in önerileri dikkate alınmıştır.

1. Katılımcılar tarafından açıkça anlaşılabilir bir şekilde ifade edilen soruları sormak,
2. Her soruyu farklı bir şekilde ifade etmek için alternatif sorular oluşturmak,
3. Hazırlanan sorularla ilgili ipuçları hazırlamak,
4. Açık uçlu sorular sormak,
5. Genel ve soyut sorulardan kaçınmak,
6. Düşüncelerin açıklama ve ayrıntılı ifadesini teşvik eden sorular hazırlamak,
7. Çok boyutlu sorular sormaktan kaçınmak (bir seferde birkaç soru),
8. Genelden özele doğru soruların sırasını düzenlemek,
9. Çeşitli türlerden sorular yazmak.

Beden eğitimi öğretmenlerinin yöneticiliğe yönelme sebeplerinin belirlenmesine yönelik yarı yapılandırılmış görüşme formunun hazırlanması sürecinde, Köse (2008), Cerit ve Özdemir (2006) ve Ergün (1998) tarafından kullanılan anket sorularından yararlanılmıştır. Ayrıca görüşme sorularının belirlenmesinde beden eğitimi öğretmenlerinin niteliklerine yönelik alan yazın (Demirhan, Coşkun ve Altay, 2002; Saçlı, Bulca, Demirhan ve Kangalgil, 2009; Temel ve Güllü, 2016; Yılmaz ve Güven, 2015; Yılmaz, Esentürk, Tekkurşun Demir ve İlhan, 2017) incelenerek; beden eğitimi öğretmenlerinin yönetim becerilerine ilişkin mesleki ve kişisel özelliklerinin formda yer alması sağlanmıştır. İlaveten deneyimli bir beden eğitimi öğretmeni ile ön görüşme gerçekleştirilmiş ve taslak görüşme sorularının hazırlık aşaması tamamlanmıştır. Araştırmanın amacı doğrultusunda ilgili alan yazın incelemesi ve beden eğitimi öğretmeniyle gerçekleştirilen görüşme neticesinde, görüşme formundan “güvenlik” boyutu çıkarılmış, “kişisel özellikler”, “mesleki doyum” ve “mesleki ayrıcalık” boyutları ilave edilmiştir. Araştırmada beden eğitimi öğretmenlerinin yöneticiliğe yönelme nedenleri, “**Maddi beklentiler**”, “**Mesleki ayrıcalık**”, “**Sosyal kazanım**”, “**Saygınlık**”, “**Kendini gösterme**”, “**Mesleki doyum**”, “**Alana katkı sağlama**” ve “**Kişilik özellikleri**” olmak üzere 8 boyutta incelenmiştir. Hazırlanan taslak yarı yapılandırılmış görüşme formu 2 alan uzmanına sunulmuş olup, “**Kendini gösterme**” boyutunda hazırlanan bir sorunun “**Mesleki ayrıcalık**” boyutuna daha uygun olacağı kararı alınmıştır. Ayrıca uzmanlar bazı soruların farklı şekilde ifade edilmesi gerektiğini belirtmişlerdir.

Uzman görüşleri doğrultusunda gerekli düzeltmelerin yapılmasının ardından, görüşme soruları pilot çalışmaya hazır hale getirilmiştir. Pilot çalışmaya hizmet yılları 6 ve 39 yıl olan ve halen okul müdürü olarak görev yapan 2 beden eğitimi öğretmeni katılmıştır. Görüşmeler ortalama 14 dk. sürmüştür. Pilot araştırmada, mesleki ayrıcalık boyutunda yer alan “**Yöneticiliğe yönelme nedenleriniz arasında yöneticilerin size olan okul içi müdahalelerinin etkisi oldu mu? Açıklar**

mısınız?” ile “Yöneticiliğe yönelme nedenleriniz arasında yer değiştirme ile ilgili avantajların etkisi var mıdır? Açıklar mısınız?” sorularına verilen yanıtların araştırmanın amacını tam olarak yansıtmadığı belirlenmiştir. Bu iki sorunun pilot uygulamadaki katılımcılara sözel olarak sunulması ile sorunun tam olarak doğru ifade edilemediği ortaya çıkmıştır. Tekrar uzman görüşlerine başvurularak görüşme soruları daha anlaşılır hale getirilmiştir. Pilot uygulamadaki katılımcılar tarafından açık ve net olarak anlaşılamayan “Yöneticiliğe yönelme nedenleriniz arasında yöneticilerin size olan okul içi müdahalelerinin etkisi oldu mu? Açıklar mısınız?” sorusu, “Yöneticiliğe yönelme nedenleriniz arasında yöneticilerin size okul içi disiplini sağlamaya yönelik müdahalelerinin etkisi oldu mu? Açıklar mısınız?” şeklinde yeniden düzenlenmiştir. Benzer şekilde “Yöneticiliğe yönelme nedenleriniz arasında yer değiştirme ile ilgili avantajların etkisi var mıdır? Açıklar mısınız?” sorusu ise, “Yöneticiliğe yönelme nedenleriniz arasında istediğiniz okula daha kolay tayin olabileme olasılığının etkisi var mıdır? Açıklar mısınız?” şeklinde yeniden ifade edilmiştir. Güncellenmiş sorulara verilen yanıtların araştırmanın amacını doğrudan yansıttığı gözlenmiştir. Görüşme sorularına yönelik işlevsel düzenlemelerin ardından nihai form oluşturulmuştur.

Verilerin Analizi

Araştırmada çalışma grubundan elde edilen verilerin analizinde tematik analiz yöntemi kullanılmıştır. Tematik analiz birçok araştırmacı tarafından farklı şekilde tanımlanmıştır. Yıldırım ve Şimşek’e (2016) göre tematik analiz, birbirine benzeyen verileri belirli kavramlar ve temalar çerçevesinde bir araya getirip ve bunları okuyucunun anlayabileceği biçimde düzenleyerek yorumlamaktır. Liamputtong'un (2009) tanımına göre ise tematik analiz, analize ilişkin tematik bir çerçeve oluşturulması ve bu çerçevenin ışığında verilerin tanımlanması, tanımlanan verilere bağlı olarak bulgular arasındaki sebep-sonuç ilişkisinin araştırılması ve araştırmacı tarafından gözlemlenen ilişkilerin yorumlanması sürecidir. Tematik analiz tümevarım ve tündengelim olmak üzere iki şekilde uygulanabilmektedir. Bu araştırmada tümevarımcı tematik analiz yöntemi kullanılmıştır. Tümevarımcı tematik analizde, tanımlanmış tema ve kategorilerin verilerle güçlü bir ilişki içinde olmasından dolayı, veriler araştırmacının önyargılarına veya önceden var olan bir kod şemasına bakılmaksızın kodlanmaktadır (Thomas, 2003). Bu analiz türünde süreç tanımlanan veya olası temalar çerçevesinde başlar. Ancak, mevcut temalar ile başlayan analiz süreci yeni temaların oluşturulmasıyla devam eder (Merriam, 2015). İlgili literatür ve yöneticilik görevinde bulunan beden eğitimi öğretmenlerinin deneyimlerine dayalı olarak belirlenen kategorilere ek olarak, katılımcı görüşleri neticesinde farklı kategoriler de ortaya çıkmıştır. 8 boyutta değerlendirilmesi planlanan yönelme nedenleri, “*Mesleki tükenmişlik*” kategorisinin de eklenmesiyle 9 boyutta incelenmiştir. Ayrıca “*Mesleki ayrıcalık*” kategorisine yönelik katılımcı görüşlerinin analiz edilmesiyle ilave iki kod (*Norm fazlası olmaktan kurtulabilme ve Aile fertlerine daha fazla vakit ayırabilme*) elde edilmiştir.

Çalışmada müdür olarak görev yapan beden eğitimi öğretmenleri “M₁, M₂...”, müdür yardımcısı olarak görev yapan beden eğitimi öğretmenleri ise “MY₁, MY₂...”) olarak kodlanmıştır.

Araştırmanın Geçerlik-Güvenirliliği

Araştırmanın geçerliği, beden eğitimi öğretmenleri ile gerçekleştirilen görüşmelerden elde edilen verilerin ayrıntılı şekilde sunulması ve çalışma grubunun görüşlerine yönelik doğrudan alıntılarının yapılması ile sağlanmaya çalışılmıştır. Ayrıca bulguların yorumlanması aşamasında katılımcılara ait doğrudan alıntılardan yararlanılmıştır. Araştırmanın iç geçerliğini sağlayabilmek amacıyla, kategorilerin ilgili alan yazına ve yöneticilik görevinde bulunan beden eğitimi öğretmenlerinin deneyimlerine dayalı olarak hazırlanması, görüşme sorularının uzman görüşlerine sunulması ve pilot uygulama ile görüşme sorularının işlevselliğinin incelenmesi gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın dış geçerliği, çalışma grubunun belirlenme süreci, çalışma

grubunun özellikleri ve gerçekleştirilen görüşmelere ilişkin detaylı açıklamalar ile sağlanmaya çalışılmıştır. Araştırmanın güvenilirliği kapsamında, ham verilerin kodlanması ve oluşturulan kodların kategorilere yerleştirilmesi gerçekleştirilmiş olup; bu süreçte 2 uzmanın görüşlerinden faydalanılmıştır. Bu aşamada farklı uzmanların yaptıkları kodlamalar arasındaki tutarlılık incelenmiştir. Miles ve Huberman (1994) tarafından önerilen güvenilirlik formülü [Görüş İttifakı / Görüş İttifakı + Görüş Ayrımı X 100] (1994) kullanılarak kodlayıcılar arasındaki tutarlılık yüzdesi %100 olarak bulunmuştur. Ayrıca kategorilerde yer alan kodların daha anlaşılır hale getirilmesi amacıyla doğrudan alıntılara yer verilmiştir.

BULGULAR

Araştırmada katılımcılarla yapılan görüşmelerden elde edilen bulgular, araştırma sorusu çerçevesinde sunulmuştur.

Araştırma Sorusu 1: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerini Yöneticiliğe Yönelten Sebepler Nelerdir?

Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin yöneticiliğe yönelme nedenlerinin incelendiği bu araştırmada, toplanan verilerin analiz edilmesiyle ulaşılan kategoriler, kodlar ve bu kodların tekrarlanma sıklığını ifade eden frekans değerleri Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin yöneticiliğe yönelme nedenlerine yönelik kategoriler, kodlar ve frekans değerleri

| Kategoriler | Kodlar | Frekans |
|----------------------------------|---|----------------|
| Maddi beklentiler f(2) | -Full ek ders ücreti | f(2) |
| | - Çalışma şartlarının uygunluğu | f(6) |
| | - Üst mevkilere yükselebilmek | f(6) |
| | - Eğitim sistemine ilişkin değişiklik ve gelişmelerden kolay haberdar olabilmek | f(5) |
| Mesleki ayrıcalık f(39) | - Önceki yöneticilerin olumsuz etkisi | f(5) |
| | - Teorik düşünceleri uygulamaya dönüştürebilmek | f(5) |
| | - Norm fazlası olmaktan kurtulabilmek | f(5) |
| | - Makam sahibi kişiler ile iletişim kurabilmek | f(4) |
| | - Aile fertlerine daha fazla vakit ayrırabilmek | f(2) |
| | - İstenilen yere tayin olabilmek | f(1) |
| Sosyal kazanım f(4) | -Sosyal çevre edinebilmek | f(2) |
| | -Sosyal statü kazanabilmek | f(2) |
| Saygınlık f(9) | -Okulu ilgilendiren konularda daha fazla söz sahibi olabilmek | f(5) |
| | -Takdir görme | f(4) |
| Kendini gösterme f(11) | -Yaratıcılığını sergileyebilmek | f(7) |
| | -Kişisel ilgilerin karşılanabilmesi | f(4) |
| Mesleki doygunluk f(4) | -Öğretmenlik misyonunun tamamlanması | f(4) |
| Alana katkı sağlama f(12) | -Beden eğitimi ve spor alanına katkı sağlayabilmek | f(9) |
| | -Yöneticilik alanına katkı yapabilmek | f(3) |
| Kişilik özellikleri f(32) | -Liderlik becerisi | f(10) |
| | -Sevki ve idare becerisi | f(9) |
| | -İletişim becerisi | f(6) |
| | -Uygulama pratikliği | f(3) |
| | -Pes etmemek/İsrarcı olmak | f(2) |
| | -Empati kurma becerisi | f(2) |
| Mesleki tükenmişlik f(6) | -Tesis/araç-gereç yetersizliği | f(4) |
| | -Mesleki umutsuzluk | f(2) |

Tablo 2 incelendiğinde, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin yöneticiliğe yönelme nedenleri 9 kategori altında toplanmıştır. Bu kategoriler sırasıyla “*Maddi beklentiler*”, “*Mesleki ayrıcalık*”, “*Sosyal kazanım*”, “*Saygınlık*”, “*Kendini gösterme*”, “*Mesleki doyum*”, “*Alana katkı sağlama*”, “*Kişilik özellikleri*” ve “*Mesleki tükenmişlik*” olmak üzere 9 boyuttan oluşmaktadır. Bu 9 kategoride toplam 27 kod elde edilmiştir. Her bir kategori tek tek ele alındığında, Maddi beklenti kategorisinde *full ek ders ücreti* kodu; Mesleki ayrıcalık kategorisinde, *Eğitim sistemine ilişkin değişiklik ve gelişmelerden kolay haberdar olabilmek*, *Makam sahibi kişiler ile iletişim kurabilmek*, *Çalışma şartlarının uygunluğu*, *Önceki yöneticilerin olumsuz etkisi*, *İstenilen yere tayin olabilmek*, *Üst mevkilere yükselebilmek*, *Teorik düşünceleri uygulamaya dönüştürebilmek*, *Norm fazlası olmaktan kurtulabilmek* ve *Aile fertlerine daha fazla vakit ayırabilmek* kodları; Sosyal kazanım kategorisinde, *Sosyal çevre edinebilmek* ve *Sosyal statü kazanabilmek* kodları; Saygınlık kategorisinde, *Okulu ilgilendiren konularda daha fazla söz sahibi olabilmek*, *Takdir görme* kodları; Kendini gösterme kategorisinde, *Yaratıcılığını sergileyebilmek* ve *Kişisel ilgilerin karşılanabilmesi* kodları; Mesleki doyumluk kategorisinde, *Öğretmenlik Misyonunun tamamlanması* kodu; Alana katkı sağlama kategorisinde; *Beden eğitimi ve spor dersi alanına katkı sağlayabilmek* ve *Yöneticilik alanına katkı sağlayabilmek* kodları; *Kişilik özellikleri* kategorisinde; *Liderlik becerisi*, *Sevki ve idare becerisi*, *İletişim becerisi*, *Uygulama pratikliği*, *Pes etmemek/İsrarcı* ve *Empati kurma becerisi* kodları; Mesleki tükenmişlik kategorisinde; *Mesleki umutsuzluk* ve *Tesis/araç gereç yetersizliği* kodları yer almıştır.

Tablo 2’de yer alan frekans değerleri incelendiğinde, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin yöneticiliğe yönelme nedeni olarak en fazla görüş bildirdikleri kategorinin “*Mesleki ayrıcalık*” f(39) olduğu görülmüştür. Bu durum, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin yöneticiliğe yönelme nedenleri arasında en çok yöneticilik mesleğinin beraberinde getirdiği ayrıcalıkları önemli gördüklerini göstermektedir. Tablo 2, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin yöneticiliğe yönelme nedeni olarak en az görüş bildirdikleri kategorinin ise maddi beklentiler olduğunu göstermiştir. Bu bulgu, beden eğitim öğretmenliği ile idarecilik görevleri arasında maddi açıdan avantaj sağlayabilecek bir fark olmadığı anlamına gelebilir. Ayrıca çalışma grubunun tamamının “*Kişilik özellikleri*” kategorisinde yer alan *liderlik* koduna ilişkin görüş bildirdikleri belirlenmiştir. Bu durum, tüm çalışma grubunun yöneticiliğe yönelme nedeni olarak beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin sahip olduğu lider karakter yapısının, yöneticiliğe yönelmede önemli bir faktör olduğunu göstermektedir.

Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin yöneticiliğe yönelme nedenleri önem derecesine göre sıralandığında; “*Mesleki ayrıcalık*”, “*Kişilik özellikleri*”, “*Alana katkı sağlama*”, “*Kendini gösterme*”, “*Saygınlık*”, “*Mesleki tükenmişlik*”, “*Mesleki doyumluk*”, “*Sosyal kazanım*” ve “*Maddi beklentiler*” şeklinde olduğu görülmüştür. Bu bölümde beden eğitim öğretmenlerini yöneticiliğe yönelten sebepler kategoriler doğrultusunda ayrıca incelenmiş ve kodlara ilişkin katılımcı görüşlerine ait doğrudan alıntılar ile birlikte sunulmuştur.

Maddi Beklentiler Kategorisi

Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin maddi beklentiler kategorisine ilişkin görüşleri *full ek ders* olarak kodlanmıştır. Bu koda ilişkin frekans değerleri incelendiğinde, *full ek ders* ücretine ilişkin frekansın 2 olduğu tespit edilmiştir.

Full ek ders ücreti koduna yönelik beden eğitimi ve spor öğretmenlerine ait örnek bir görüş aşağıda sunulmuştur.

“... *Büyükşehirlerde özellikle merkezi bir okulda çok sayıda beden eğitimi öğretmeni olmaktadır. Her beden eğitimi öğretmeni normal maaşının yanında ek ders ücretini tam almak ister çünkü aksi takdirde geçinemez. Dolayısıyla yöneticilik görevi ek derslerin full olmasını*

sağlıyor ve böyle bir olumsuz durum, yani ek dersi tamamlayamama riski, ortadan kalkmış oluyor. Özellikle yöneticiyken öğretmenliğe dönmeme isteklerimden biri de bu durumdur (M₁)”. Sonuç olarak beden eğitimi ve spor öğretmenleri, yöneticiliğe yönelme nedeni olarak maddi beklentiler kategorisinde yalnızca *full ek ders ücreti* koduna ilişkin görüş bildirmişlerdir. Diğer bir ifadeyle, beden eğitim öğretmenleri maddi açıdan yöneticiliğe yönelme nedeni olarak ek ders ücretlerinin full olmasını önemsemektedirler.

Mesleki Ayrıcalık Kategorisi

Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin mesleki ayrıcalık kategorisine ilişkin görüşleri, *Eğitim sistemine ilişkin değişiklik ve gelişmelerden kolay haberdar olabilme f(5)*, *Makam sahibi kişiler ile iletişim kurabilme f(4)*, *Çalışma şartlarının uygunluğu f(6)*, *Önceki yöneticilerin olumsuz etkisi f(5)*, *İstenilen yere tayin olabilme f(1)*, *Üst mevkilere yükselebilmeye f(6)*, *Teorik düşünceleri uygulamaya dönüştürebilmeye f(5)*, *Norm fazlası olmaktan kurtulabilme f(5)* ve *Aile fertlerine daha fazla vakit ayırabilme f(2)* olarak kodlanmıştır. Bu kodlara ilişkin frekans değerleri incelendiğinde, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin mesleki ayrıcalıklar kategorinde *Çalışma şartlarının uygunluğu f(6)* ve *Üst mevkilere yükselebilmeye f(6)* kodları ile ilgili daha fazla görüş bildirdikleri belirlenmiştir. Ayrıca mesleki ayrıcalık kategorisinde yer alan kodlara ilişkin frekans değerleri, beden eğitimi ve spor öğretmenleri tarafından en az sıklıkla *İstenilen yere tayin olabilme f(1)* kodunun ifade edildiğini göstermektedir.

Eğitim sistemine ilişkin değişiklik ve gelişmelerden kolay haberdar olabilme koduna yönelik beden eğitimi ve spor öğretmenlerine ait örnek bir görüş aşağıda sunulmuştur.

“...Evet var. Yönetici olduğunuz zaman Yönetmelik ve Mevzuat değişikliklerinden daha hızlı haberdar olabiliyorsunuz. Ama bu konulara karşı ilgili olmanın da etkisi var. Yönetici olup yönetmelik hakkında bilgisi olmayan çok fazla kişi var” (MY₁).

Makam sahibi kişiler ile iletişim kurabilme koduna yönelik beden eğitimi ve spor öğretmenlerine ait örnek bir görüş aşağıda sunulmuştur.

“...Etkisi vardır. Protokol kuralları ve süreçlerini seviyorum. Beden eğitimi öğretmenleri önceden törenlerde bu kişileri ancak görebiliyor ve taleplerini dile getirebiliyordu. Ancak günümüzde bu da yok ve özellikle milli eğitimden bürokratlarla görüşebilme fırsatı beni idareci olmaya itti diyebilirim” (MY₃).

Çalışma şartlarının uygunluğu koduna yönelik beden eğitimi ve spor öğretmenlerine ait örnek bir görüş aşağıda sunulmuştur.

“...Şartlar mutlaka önemli bu nasıl bir idareci olmak istediğinize bağlı diye düşünüyorum. Şahsen koltuk ve makam için idarecilik benim düşünceme biraz ters kalıyor. Oturmak bizim işimiz değil, zaten işimiz şartları düzeltmek kendine ait bir odanın olması ve bağımsız olarak bazı kararlarda söz sahibi olmak gerçekten önemli” (M₄).

Önceki yöneticilerin olumsuz etkisi koduna yönelik beden eğitimi ve spor öğretmenlerine ait örnek bir görüş aşağıda sunulmuştur.

“... Evet evet oldu. En basit egzersiz planını bile bir müdüre bilmeyen bir müdüre anlatabilme şeyini yaşadım. Bireysel sporlarda takım çıkarmak istiyordum diyordum hayır çıkaramazsın diyordu. Anlatmaya çalışıyordum bu benim yasal hakkım ama ona anlatamıyordum. Birilerinin bunu anlatmasına gerek olmadan yapabilmesini istedim. Çok değer verdiğim bi abim bana sizin gibi insanların idareci olması gerektiğini, çünkü insanların artık yorulduğunu söyledi. Buda çok etkili oldu.

İstenilen yere tayin olabilme koduna yönelik beden eğitimi ve spor öğretmenlerine ait örnek bir görüş aşağıda sunulmuştur.

“...Benim düşünceme göre bütün meslek gruplarının belli sürelerden sonra isteğe bağlı olarak tayin isteyebilmeleri gerekmektedir. Bu düşüncede olduğum için tayin isteyebilmenin etkisi olduğunu söyleyebiliriz” (M₂).

Üst mevkilere yükselebilmek koduna yönelik beden eğitimi ve spor öğretmenlerine ait örnek bir görüş aşağıda sunulmuştur.

“...Siz istemeseniz de bazı şeyler sizin kontrolünüz dışında gelişir buda onlardan biri olabilir. Olanaklar ve şartlar sizi mutlaka etkiler. Bu olasılık benim yönetici olmak için olası bir durum oluşturmuştur” (M₅).

Teorik düşünceleri uygulamaya dönüştürebilmek koduna yönelik beden eğitimi ve spor öğretmenlerine ait örnek bir görüş aşağıda sunulmuştur.

“... Mutlaka her insanın yapmayı düşündüğü planları ve düşünceleri vardır bunları gerçekleştirebileceği bir imkan ve ortamı bulduğu zaman buda onu cezbeder. Yapmak istediğin şeylerin hedeflerinin etkisi kaçınılmazdır. Beden eğitimi öğretmeni iken bu düşünceler sadece alanına özgü sınırlı kalabilmekte ancak yönetici iken kafandakileri daha rahat uygulayabiliyorsun” (M₅).

Norm fazlası olmaktan kurtulabilme koduna yönelik beden eğitimi ve spor öğretmenlerine ait örnek bir görüş aşağıda sunulmuştur.

“...kesinlikle en önemli nedenlerden biri norm fazlası olmam. Yerim yurdum belli olsun başka ilçelere görevlendirme şeklinde gidip gelmeler, mesai saatlerimin her okulda ayrı ayrı olması beni yönetici olamaya iten en önemli sebeplerden birisiydi” (M₃).

Aile fertlerine daha fazla vakit ayırabilme koduna yönelik beden eğitimi ve spor öğretmenlerine ait örnek bir görüş aşağıda sunulmuştur.

“...yöneticiliğe yönelmemde en önemli sebeplerden birisi çocukların okulları, ders programının sıklığı ve uyumsuzluğu nedeniyle 3 tane çocuğum var ve onlara yetişemiyorum. Yönetici olduğumda ise onlara göre programımı ayarlayabiliyorum. En önemli sebepler arasında benim için ailevi sebepler geliyor aslında” (MY₂).

Sonuç olarak beden eğitimi ve spor öğretmenleri, idarecilik mesleğinin getirdiği ayrıcalıklar arasından en fazla çalışma şartlarının uygun olması ve üst mevkilere yükselebilmek olanağının kendilerini yönetici olmaya yönlendiren sebepler olduğunu ifade etmişlerdir.

Sosyal Kazanım Kategorisi

Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin sosyal kazanım kategorisine ilişkin görüşleri *sosyal çevre edinebilme f(2)* ve *sosyal statü kazanabilme f(2)* olarak kodlanmıştır. Bu kodlara ilişkin frekans değerleri incelendiğinde, her iki kodun eşit sayıda tekrar edildiği tespit edilmiştir.

Sosyal çevre edinebilme koduna yönelik beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin örnek görüşü aşağıda sunulmuştur.

“... Evet var. Bir beden eğitimi öğretmeni dersleri bile okulun farklı bir köşesinde bulunan spor salonlarında yapar. Sosyal çevresi okulda bazen sınırlı kalabilmektedir, tenefüs aralarında bi çay bile içemediğimiz öğretmenler var. Yönetici olduktan sonra çok fazla insan tanıdım ve çevrem baya genişledi” (MY₄).

Sosyal statü kazanabilme koduna yönelik beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin örnek görüşü aşağıda sunulmuştur.

“... Sadece beden eğitimi öğretmeni olarak meslek hayatıma devam etmek çok istediğim bir şey değildi. Hep aklımda vardı işin açığı bir gün okulda veya başka bir kurumda farklı bir görev üstlenmek. Fırsatını bulunca bu göreve talip oldum. İnsanlar sosyal varlıklar ve sosyal çevre içerisinde statüleri ne kadar fazlaysa o kadar itibar görürler. Beden eğitimi öğretmeni iken de belli bir statüüm vardı ama yöneticiliğin verdiği konum ayrı bunu kabul etmek lazım” (MY₃).

Sonuç olarak beden eğitimi ve spor öğretmenleri yöneticiliğe yönelme nedeni olarak gördükleri sosyal kazanımları, sosyal çevre edinebilme ve sosyal statü sağlama olarak ifade etmişlerdir.

Saygınlık Kategorisi

Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin saygınlık kategorisine ilişkin görüşleri, *okulu ilgilendiren konularda daha fazla söz sahibi olabilme f(5)* ve *takdir görme f(4)* olarak kodlanmıştır. Bu kodlara ilişkin frekans değerleri incelendiğinde, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin saygınlık kategorisinde en fazla *okulu ilgilendiren konularda daha fazla söz sahibi olabilme* koduna yönelik görüş bildirdikleri görülmüştür.

Okulu ilgilendiren konularda daha fazla söz sahibi olabilme koduna yönelik beden eğitimi ve spor öğretmenlerine ait örnek bir görüş aşağıda sunulmuştur.

“... Evet. Beden eğitimi öğretmenlerinin karakteristik özellikleri arasında söz sahibi olma etkisinin olduğunu düşünüyorum. Bu beni idareciliğe iten nedenlerden biridir. Hep idareciler ikinci planda bakarlar, en azından benim gördüklerim böyle, onlara laf anlatmaktansa bu konularda söz sahibi konuma geçip bu durumdan kurtulmak istedim evet” (M₂).

Takdir görme koduna yönelik beden eğitimi ve spor öğretmenlerine ait örnek bir görüş aşağıda sunulmuştur.

“...Sportif başarılarında beden eğitimi öğretmenlerinin gösterdiği özveri maalesef takdir edilme zamanında dikkate alınmamaktadır. Yöneticiler destek olmasalar da bizim başarımızın kahramanı gibi övünürler. Bunun önüne geçme isteğim etkili oldu”

Elde edilen bulgulara göre beden eğitimi ve spor öğretmenleri, saygınlık sağlamaya ilişkin okulu ilgilendiren konularda daha fazla söz sahibi olma isteklerini kendilerini yönetici olmaya iten en önemli sebep olarak ifade etmişlerdir.

Kendini Gösterme Kategorisi

Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin kendini gösterme kategorisine ilişkin görüşleri, *Yaratıcılığını sergileyebilme f(7)* ve *kişisel ilgilerin karşılanabilmesi f(4)* olarak kodlanmıştır. Bu kodlara ilişkin frekans değerleri incelendiğinde, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin kendini gösterme kategorisinde en fazla *yaratıcılığını sergileyebilme* koduna yönelik görüş bildirdikleri görülmüştür.

Yaratıcılığını sergileyebilme koduna yönelik beden eğitimi ve spor öğretmenlerine ait örnek bir görüş aşağıda sunulmuştur.

“...Her insan kendini göstermek ister özellikle bizim branştan olanlar buda yarışmanın tabiatında var herhalde. Evet bu madde tam olarak bize uyuyor desem yanlış olmaz herhalde” (M₄).

Kişisel ilgilerin karşılanabilmesi koduna yönelik beden eğitimi ve spor öğretmenlerine ait örnek bir görüş aşağıda sunulmuştur.

“...Evet. Öğretmenlikte kendinize kalan zaman daha fazla olabilir ama hep aynı şeyler yapmak zorundasınız. Takım çalıştır maça hazırla ve maça götür gibi oluyor. Bizdeki tek değişiklik branş değişikliği. Futbol biter voleybol o biter basketbol böyle devam ediyor. Kendi açımdan baktığımda örneğin başka öğretmenlerle sohbet etmek onun alanını dinlemek bilgi sahibi olmak hep istemiştir. Meral öğretmenle konuşup fotoğrafçılığa başladım mesela” (M₂)

Sonuç olarak beden eğitimi ve spor öğretmenleri yöneticiliğe yönelme nedeni olarak, yaratıcılıklarını kullanabilecekleri bir meslek istediklerini ifade etmişlerdir.

Mesleki Doğunluk Kategorisi

Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin mesleki doğunluk kategorisine ilişkin görüşleri, *Öğretmenlik misyonunun tamamlanması f(4)* olarak kodlanmıştır. Bu koda ilişkin frekans değerleri incelendiğinde, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin mesleki doğunluk kategorisinde sadece *Öğretmenlik misyonunun tamamlanması* koduna yönelik görüş bildirdikleri görülmüştür.

Öğretmenlik misyonunun tamamlanması koduna yönelik beden eğitimi ve spor öğretmenlerine ait örnek bir görüş aşağıda sunulmuştur.

“...Öğretmenlikte geçen süre zarfında insan yapabileceği her şeyi yaptığına inandığı andan itibaren hizmet konusunda neler yapabileceğini sorgulaması benim idareciliğe yönelmemde etkili olmuştur. Ben beden eğitimci olarak yapabileceklerimi gerçekten yaptığımı düşünüyorum, artık başka bir görev hatta idarecilik yapmam gerektiğini düşündüm” (M₅).

Bu bulgu beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin, öğretmenlik misyonlarını tamamladığı düşüncesinden kaynaklı olarak idarecilik görevine yöneldiklerini göstermektedir.

Alana Katkı Sağlama Kategorisi

Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin alana katkı sağlama kategorisine ilişkin görüşleri, *beden eğitimi ve spor alanına katkı sağlayabilmek f(9)* ve *yöneticilik alanına katkı yapabilmek f(3)* olarak kodlanmıştır. Bu kodlara ilişkin frekans değerleri incelendiğinde, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin alana katkı sağlama kategorisinde en fazla *beden eğitimi ve spor alanına katkı sağlayabilmek* koduna yönelik görüş bildirdikleri görülmüştür.

Beden eğitimi ve spor alanına katkı sağlayabilmek koduna yönelik beden eğitimi ve spor öğretmenlerine ait örnek bir görüş aşağıda sunulmuştur.

“...Evet. Çünkü bazı okullarda özellikle bizim branşımıza karşı idarecilerde kısıtlama oluyor. Çocuklar derslerden geri kalmasın diye müsabakalara öğrenciler götürülüyor. Ama idari kısımda beden eğitimi öğretmeni bir yönetici olunca çalışmalarımızı daha rahat uygulama fırsatı bulabiliyoruz” (M₄).

Yöneticilik alanına katkı yapabilmek koduna yönelik beden eğitimi ve spor öğretmenlerine ait örnek bir görüş aşağıda sunulmuştur.

“... Evet alana katkı yapabilmek bir nedendir. Ben özellikle idareci arkadaşlara bu işin daha farklı nasıl yapılabileceği konusunda örnek olmak istedim” (M₅).

Sonuç olarak beden eğitimi ve spor öğretmenleri, kendi branşlarında var olduğuna inandığı eksiklikleri gidermeye yönelik katkı yapabileme düşüncesini yöneticiliğe yönelme nedeni olarak ifade etmişlerdir.

Kişilik Özellikleri Kategorisi

Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin kişilik özellikleri kategorisine ilişkin görüşleri, *Liderlik becerisi f(10)*, *Sevk ve idare becerisi f(9)*, *İletişim becerisi f(6)*, *Uygulama pratikliği f(3)*, *Pes etmemek/İsrarcı olmak f(2)* ve *Empati kurma becerisi f(2)* olarak kodlanmıştır. Bu kodlara ilişkin frekans değerleri incelendiğinde, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin kişilik özellikleri kategorisinde en fazla *liderlik becerisi* koduna yönelik görüş bildirdikleri görülmüştür. Bu bulgu, beden eğitimi ve spor öğretmenlerini yöneticilik yapmaya yönlendiren kişilik özellikleri arasında lider karakter yapısının ön plana çıktığını göstermektedir.

Mesleki Tükenmişlik Kategorisi

Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin mesleki tükenmişlik kategorisine ilişkin görüşleri, *tesis/araç-gereç eksikliği f(4)* ve *mesleki umutsuzluk f(2)* olarak kodlanmıştır. Bu kodlara ilişkin frekans değerleri incelendiğinde, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin mesleki tükenmişlik

kategorisinde en fazla *tesis/araç-gereç eksikliği* koduna yönelik görüş bildirdikleri görülmüştür.

Tesis/araç-gereç eksikliği koduna yönelik beden eğitimi ve spor öğretmenlerine ait örnek bir görüş aşağıda sunulmuştur.

“...*Beden eğitimi öğretmenlerinin mezun olup atandıktan sonra okullarda göreve başladıklarında okullarda mesleklerini icra edecekleri spor salonu ve tesis eksiklikleriyle karşılaşmaları idareciliğe yönelmelerine etki yaptığı kanısındayım. Ben ilk atandığım yer Urfa Suruç ilçesiydi. Top dahi bulamadığım bir yere atandığımda bu mesleği o kadar eksikle yürütemeyeceğimi gördüm. Bu kesinlikle etkili oldu*” (M₅).

Mesleki umutsuzluk koduna yönelik beden eğitimi ve spor öğretmenlerine ait örnek bir görüş aşağıda sunulmuştur.

“...*Her alanın kendine özgü problemleri mutlaka vardır. Ancak bizim alanımıza önce toplumun bir ön yargısı var. Bunun da devlet politikalarından kaynaklandığını düşünüyorum. Bizim alanımızı ön plana çıkaracak düzenlemeler maalesef yapılamıyor ve yaptığım işin sonucunda ne olacağını bazen kestiremiyorum ve bende bu bir umutsuzluk oluşturuyor. Beni idareci yapan asıl sebep olmasa da bu durum sebepler arasında yer alıyor*” (MY₅).

Sonuç olarak beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin daha çok tesis/araç-gereç eksikliğinden kaynaklı mesleki tükenmişlik durumuna bağlı olarak yöneticiliğe yöneldikleri belirlenmiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmada beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin yöneticiliğe yönelme sebeplerinin incelenmesi amaçlanmıştır. İlgili alanyazın incelendiğinde, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin yöneticiliğe yönelme sebeplerinin incelendiği bu araştırma dışında herhangi bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Bu araştırmadan elde edilecek bulguların, beden eğitimi ve spor öğretmenlerini yönetici olmaya iten motivasyon kaynaklarını belirleyebileceği düşünülmektedir.

Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin yöneticiliğe yönelme sebeplerinin incelendiği bu araştırmada, “*Maddi beklentiler*”, “*Mesleki ayrıcalık*”, “*Sosyal kazanım*”, “*Saygınlık*”, “*Kendini gösterme*”, “*Mesleki doyum*”, “*Alana katkı sağlama*”, “*Kişilik özellikleri*” ve “*Mesleki tükenmişlik*” olmak üzere 9 kategoriye ulaşılmıştır. Bu 9 kategoride toplam 27 kod elde edilmiştir. Her bir kategori tek tek ele alındığında, Maddi beklenti kategorisinde *full ek ders ücreti* kodu; Mesleki ayrıcalık kategorisinde, *Eğitim sistemine ilişkin değişiklik ve gelişmelerden kolay haberdar olabilme, Makam sahibi kişiler ile iletişim kurabilme, Çalışma şartlarının uygunluğu, Önceki yöneticilerin olumsuz etkisi, İstenilen yere tayin olabilme, Üst mevkilere yükselebilmek, Teorik düşünceleri uygulamaya dönüştürebilmek, Norm fazlası olmaktan kurtulabilme ve Aile fertlerine daha fazla vakit ayırabilme* kodları; Sosyal kazanım kategorisinde, *Sosyal çevre edinebilme ve Sosyal statü kazanabilme* kodları; Saygınlık kategorisinde, *Okulu ilgilendiren konularda daha fazla söz sahibi olabilme, Takdir görme* kodları; Kendini gösterme kategorisinde, *Yaratıcılığını sergileyebilme ve Kişisel ilgilerin karşılanabilmesi* kodları; Mesleki doyumluk kategorisinde, *Öğretmenlik Misyonunun tamamlanması* kodu; Alana katkı sağlama kategorisinde; *Beden eğitimi ve spor dersi alanına katkı sağlayabilmek ve Yöneticilik alanına katkı sağlayabilmek* kodları; Kişilik özellikleri kategorisinde; *Liderlik becerisi, Sevk ve idare becerisi, İletişim becerisi, Uygulama pratikliği, Pes etmemek/İsrarcı ve Empati kurma becerisi* kodları; Mesleki tükenmişlik kategorisinde; *Mesleki umutsuzluk ve Tesis/araç gereç yetersizliği* kodları yer almıştır.

Hancock, Müller, Wang ve Hachen (2019) tarafından okul müdürlerinin motivasyon kaynaklarının belirlenmesine yönelik yapılan araştırmada 9 kategori belirlenmiştir. Bu kategoriler, “maaş artışı”, kariyer seçeneklerini artırmak”, “mesleki gelişim”, “statü gelişimi”, “yenilikçi lider olma”, “müfredat değişimlerinde öğretmenlere yardımcı olma”, “daha fazla liderlik üstlenme”, “öğretim yeniliklerine yönelik öğretmenlere yardımcı olma”, “öğrencilerin öğrenme fırsatlarını geliştirme” olmak üzere kategoriler belirlenmiştir. Mevcut araştırmadan elde edilen bulgular ile bu araştırmadan elde edilen bulgular arasında önemli büyük ölçüde benzerlikler tespit edilmiştir. Bu durum ilgili literatürün, mevcut araştırmada elde edilen bulguları desteklediği şeklinde ifade edilebilir.

Yönetimin tüm aşamalarında sürekli değişim ve yeniliklere açık nitelikli yöneticilere ihtiyaç duyulmaktadır (Kurtipek ve Güngör, 2019). Dolayısıyla okul müdürleri mesleki farkındalık özellikleri ile birlikte (Kurtipek ve Sönmezoglu, 2018) bir okulun akademik başarısı (Davis ve diğerleri, 2005; Orr ve diğerleri, 2010) ve faaliyetleri (Clifford, 2012; Robinson ve diğerleri, 2008; Seashore Louis ve diğerleri, 2010) için kritik öneme sahiptir. Okul müdürlerinin %99'unun bir zamanlar öğretmen olduğu göz önüne alındığında (Bastian ve Henry, 2015; Gates ve diğerleri, 2003), bu araştırmadan elde edilen bulguların beden eğitimi ve spor öğretmenlerinden karşılanacak yönetici eksikliğinin giderilmesinde kullanılması önerilmektedir.

Araştırmada elde edilen bulgulardan hareketle, yöneticilik görevinde bulunan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin farklı kişisel ve mesleki özellikleri ile yönetsel becerileri arasında daha güçlü ilişki kurulması sağlanmalıdır. Dolayısıyla alanyazına katkı sağlayacak daha fazla araştırma yapılmasına ihtiyaç olduğu düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Aktan C.C. (2003). *Değişim çağında yönetim*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Bastian K.C., Henry G.T. (2015). The apprentice: Pathways to the principalship and student achievement. *Educational Administration Quarterly*, 51(4), 600–639.
- Başaran İ.E. (1991). *Örgütsel davranış*. Ankara: A. Ü. Eğitim Fakültesi Yayını.
- Berg B.L., Lune H. (2012). *Qualitative research methods for the social sciences (8th ed.)*. New Jersey, NJ: Pearson.
- Bogdan R., Biklen S. (2007). *Qualitative research for education: An introduction to theories and methods (5th ed.)*. Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Büyüköztürk Ş., Kılıç Çakmak E., Akgün Ö.E., Karadeniz E., Demirel F. (2011). *Bilimsel araştırma yöntemleri (11. Baskı)*. Ankara: Pegem Akademi.
- Can H. (1999). *Yönetim bilimi ve tarihcesi* (Ed: S. Güney). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Davis S., Darling-Hammond L., LaPointe M., Meyerson D. (2005). *School leadership study: Developing successful principals (Review of Research)*. Stanford, CA: Stanford University, Stanford Educational Leadership Institute.
- Cerit Y., Özdemir T (2006). *Okul Yöneticisi olmak istemeye Etki eden Faktörlere ilişkin Okul Yöneticileri ve Öğretmenlerin Görüşleri*, 15. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi, Muğla.
- Clifford M. (2012). *Hiring quality school leaders: Challenges and emerging practices*. Naperville, IL: American Institute for Research.

- Creswell J.W. (2007). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches (2nd ed.)*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Cohen L., Manion L., Morrison K. (2007). *Research methods in education (6th ed.)*. London, UK: Routledge.
- Çelik O.B., İlhan E.L., Esentürk, O.K. (2015). Investigation of time management skills of college students who play sports and don't play sports. *Science, Movement and Health (Supplement)*, 15(2), 602-609.
- Demirhan G., Coşkun H., Altay F. (2002). Beden eğitimi öğretmenlerinin niteliklerine ilişkin görüşler. *Eğitim ve Bilim*, 27(123).
- Dhuey E., Smith J. (2018). How school principals influence student learning. *Empirical Economics*, 54(2), 851–882.
- Easley J., Elmeski, M. (2016). *From policy and practice to possibilities: The context of educational accountability in the U.S. And praxis of school leadership*. In J. EasleyII, & P. Tulowitzki (Eds.). Educational accountability – International perspectives on challenges and possibilities for school leadership (pp. 34–53). London: Routledge.
- Ergün O. (1998). *İlköğretim okulu yöneticilerini yönetici olmaya güdüleyen gereksinimlerin önem derecesi ve karşılama düzeyi*. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Gates S.M., Ringel J.S., Santibanez L., Chung K., Ross K. (2003). *Who is leading our schools?: An overview of school administrators and their careers*. RAND Corporation.
- Goldring R., Taie S. (2014). Principal attrition and mobility: Results from the 2012-13 principal follow-up survey (NCES 2014-064). Erişim: U. S. Department of Education. Washington, DC: National Center for Education Statistics <http://nces.ed.gov/pubsearch>.
- Hancock D.R., Müller U., Wang, C. (2016). Motivating teachers to become school principals in the U.S.A. and Germany. *Journal of Global Research in Education and Social Science*, 7(2), 83–93.
- Köse M.F. (2008). Yönetici adayı öğretmenlerin yöneticiliğe bakış açıları ve yöneticiliği tercih nedenleri. Yüksek lisans tezi, Gaziosmanpaşa Sosyal Bilimler Enstitüsü, Tokat.
- Kurtipek S., Gungor N.B. (2019). Individual innovation: A research on sports manager candidates. *Journal of Education and Learning*, 8(1), 264-271.
- Kurtipek S., Sönmezoglu U. (2018). Determination of the perceptions of sports managers about sport concept: A metaphor analysis study. *International Journal of Higher Education*, 7(4), 17-25.
- Laminack L.L, Long B.M. (1985). What makes a teacher effective: Inside from preservice teachers. *Clearing House*, 58, 268.
- Leithwood K., Jantzi, D. (2008). Linking leadership to student learning: The contributions of leader efficacy. *Educational Administration Quarterly*, 44(4), 496–528.
- Liamputtong P. (2009). *Qualitative research methods (3rd ed.)*. South Melbourne, Vic:Oxford University Press.
- Merriam S.B. (2015). *Qualitative research: A guide to design and implementation (4th ed.)*.San Francisco, CA: Jossey- Bass.
- Mızrak O., Katkat D., Yenel F. (2006). Spor federasyonlarında görev yapan genel sekreterlerin liderlik analizi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8(2), 26-34.
- Miles M.B., Huberman, A.M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook (2nd ed.)*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Miles M.B., Huberman A.M., Saldaña, J. (2014). *Fundamentals of qualitative data analysis. In Qualitative data analysis: A methods sourcebook (3rd ed.)*. Thousand Oaks, CA: Sage

- Neuman W.L. (2014). *Social research methods: Qualitative and quantitative approaches (7th ed.)*. Harlow, Essex: Pearson New International.
- Nieder-Entgelmeier C. (2017). *Schulleiter-Mangel: NRW sucht dringend rektoren*. March 1, Retrieved March 5, 2017. Erişim: <https://www.welt.de/regionales/nrw/article162500260/NRW-sucht-dringend-Rektoren.html>.
- Orr M., King C., La Pointe M. (2010). *Districts developing leaders: Lessons on consumer actions and program approaches from eight urban districts*. New York, NY: The Wallace Foundation.
- Robinson V., Lloyd C., Rowe K. (2008). The impact of leadership on student outcomes: An analysis of the different effects of leadership types. *Educational Administration Quarterly*, 44(5), 635–674.
- Seashore Louis K., Leithwood K., Wahlstrom K.L., Anderson S. (2010). *Learning from leadership: Investigating the links to improved student learning*. Commissioned by The Wallace Foundation University of Minnesota, University of Toronto.
- Saçlı F., Bulca Y., Demirhan, G., Kangalgil M. (2009). Beden eğitimi öğretmenlerinin kişisel nitelikleri. *Spor Bilimleri Dergisi*, 20(4), 145-151.
- Şişman M. (1996). *Etkili Okul Yönetimi, İlkokullarda bir Araştırma*. Eskişehir. Yayınlanmamış Araştırma Raporu.
- Temel C., Güllü M. (2016). Bir beden eğitimi dersi çiz. *Eğitim ve Bilim*, 41(183).
- Thomas, R. Murray. (2003). *Blending qualitative and quantitative research methods in theses and dissertations*. Thousand Oaks, CA: Corwin Press.
- Tyre P. (2015). *Why do more than half of principals quit after five years?* The Hechinger report. Erişim: <http://hechingerreport.org/why-do-more-than-half-of-principals-quit-after-five-years/>.
- Yıldırım A., Şimşek H. (2016). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Yılmaz A., Güven Ö. (2015). Ders dışı sportif etkinliklere yönelik ebeveyn tutum ölçeği. *Niğde Spor Bilimleri Dergisi*, 9(2), 244-258.
- Yılmaz A., Esenturk O.K., Demir G.T., Ilhan E.L. (2017). Metaphoric perception of gifted students about physical education course and physical education teachers. *Journal of Education and Learning*, 6(2), 220-234.
- Yin R.K. (2014). *Case study research design and methods (5th ed.)*. Thousand Oaks, CA: Sage.

Geliş Tarihi (Received): 23.09.2019

Kabul Tarihi (Accepted): 01.12.2019

SPORMETRE, 2019,17(4),265-274

DOI: 10.33689/spormetre.637261

PROFESYONEL FUTBOLCULARDA HEDEF YÖNELİMİNİN MOTİVASYONEL YÖNELİM ÜZERİNE ETKİSİ

Erdem ÇAKALOĞLU¹, Onur AKYÜZ¹, Buse SULU¹, Perican BAYAR¹

¹Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Öz: Bu araştırmanın amacı, profesyonel futbolcuların hedef yönelimlerinin motivasyonel yönelimlerini nasıl etkilediğini incelemektir. Araştırmaya 121 (Xyaş= 23.6± 3.6 yıl) profesyonel futbolcu katılmıştır. Katılımcıların hedef yönelimlerini belirlemek için Toros (2001) tarafından Türk popülasyonuna uyarlanan “Sporda Görev ve Ego Yönelimi Ölçeği (SGYÖ)”, motivasyonel yönelimlerini belirlemek için ise Kazak (2001) tarafından Türkçe’ye uyarlanan “Sporda Güdülenme Ölçeği (SGÖ)” kullanılmıştır. Verilerin analizi için İlk aşamada katılımcıların SGYÖ’den aldıkları puanlara göre 4 grup oluşturulmuştur: Yüksek ego- Düşük görev, Düşük ego- Yüksek görev, Yüksek ego-Yüksek görev ve Düşük ego-Düşük görev. Sonrasında 4 (Grup) x 3 (içsel, dışsal, amotivasyon) One Way ANOVA’dan faydalanılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre Düşük Ego-Yüksek Görev yönelimli sporcular, Yüksek Ego-Düşük Görev yönelimli sporculara göre içsel motivasyon alt boyutundan anlamlı düzeyde daha yüksek puan almışlardır (p<0.05). Grupların Amotivasyon alt boyutundan aldıkları puanlar incelendiğinde Düşük Ego-Yüksek Görev yönelimi grubu puanları, Düşük Ego-Düşük Görev ve Yüksek Ego-Yüksek Görev yönelimi gruplarından anlamlı düzeyde daha düşüktür (p<0.05). Bu Araştırmanın sonuçlarına bakıldığında, Yüksek Görev-Düşük Ego yönelimli futbolcuların Düşük Görev-Yüksek Ego yönelimlilere göre daha fazla içsel motivasyona sahip olduğu söylenebilir. Bu durum literatürde yer alan birçok çalışma ile paralellik göstermektedir (Ryan ve Deci, 2007; van de Pol ve ark., 2012). Daha başarılı sporcuların yetişmesine katkı sağlamadaki kritik önemi göz önüne alındığında içsel motivasyonu ve görev yönelimini arttırmaya yönelik çalışmaların arttırılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Hedef Yönelimi, Motivasyon

THE EFFECT OF GOAL ORIENTATION ON MOTIVATIONAL ORIENTATION IN PROFESSIONAL SOCCER PLAYERS

Abstract: The aim of this study is to investigate how the goal orientations of professional footballers affect their motivational orientations. 121 (Xyas = 23.6 ± 3.6 years) professional football players participated in the study. In order to determine the target orientations of the participants, ‘Sporda Görev ve Ego Yönelimi Ölçeği (SGYÖ)’ adapted to Turkish by Toros (2001) and to determine their motivational orientations, ‘Sporda Güdülenme Ölçeği (SGÖ)’ adapted to Turkish by Kazak (2001) were used. For the analysis of data In the first stage, 4 groups were formed according to the scores obtained by the participants from the SGYÖ: High ego-Low task, Low ego-High task, High ego-High task and Low ego-Low task. Then 4 (Group) x 3 (internal, external, amotivation) One Way ANOVA was used. According to the findings of the study, Low Ego-High Task-oriented athletes scored significantly higher than the intrinsic motivation sub-dimension compared to High Ego-Low Task-oriented athletes (p <0.05). When the scores obtained from the Amotivation sub-dimension of the groups were examined, the Low Ego-High Task orientation group scores were significantly lower than the Low Ego-Low Task and High Ego-High Task orientation groups (p <0.05). When the results of this study are examined, it can be said that high duty-low ego-oriented players have more intrinsic motivation than low duty-high ego-oriented players. This situation is in parallel with many studies in the literature (Ryan and Deci, 2007; van de Pol et al., 2012). Given the critical importance of contributing to the training of more successful athletes, it is recommended to increase efforts to increase intrinsic motivation and task orientation.

Keywords: Football, Goal Orientation, Motivation

GİRİŞ

Futbol, teknik, taktik, psikolojik, duyuşsal ve sosyal faktörlerin etkileşime girdiği en karmaşık sporlardan biridir (Davids ve ark., 2005). Futbol dinamik bir spor olarak kabul edilmektedir ve hem izleyenler hem de oyuncular için çok çekici bazı özelliklere sahip bir spordur. Bu durum, bir dizi basit hareketin birleştirilmesinin spora katılanlarda heyecan uyandırmasından kaynaklanmaktadır (Pazo ve ark., 2012).

Hedef yönelimi, Nicholls (1989) tarafından ortaya atılan başarı hedefi kuramı ile açıklanmaktadır. İnsanlar, başarı hissini hedeflerine ulaştıkları anda elde ederler. Başarı duygusu, başarılan hedeflerin sonucu olarak yaşanır. Bu duygunun değeri, sporcu tarafından başarılan hedefin büyüklüğü ile ilişkilidir. Nicholls'a (1989) göre her eylem doğası gereği içsel olarak motive edilir. Bir kişinin nasıl yetkinlik gösterdiği iki farklı yöne ayrılabilir: Görev yönelimi ve ego yönelimi (Lochbaum ve ark., 2016). Görev yönelimi, beceri veya kişisel gelişim konularında yetkinlik gösterdiğini düşünen kişileri ifade eder. Hedef yönelimine ilişkin literatür bulguları, kişilerin görev yönelimli olmasının daha uzun süre dayanan ve uzun vadeli başarılar kazandıran daha olumlu sporcular ortaya çıkarma eğiliminin olduğunu bildirmiştir (Rhea, 2019). Stephens ve Bredemier (1995), görev yönelimi yüksek olan sporcuların spor ortamında bulunmaktan memnun olduklarını ve kendilerini yetenekli hissettiğini belirtmektedir. Diğerlerinden daha yüksek görev yönelimli olan sporcular rekabet etmenin yeteneklerini geliştirmek adına bir şans olduğunu düşünürler. Bu yönelim grubu için rakip ne kadar iyi olursa, kişisel gelişim becerilerini geliştirmek o kadar önemlidir. Görev yönelimini benimseyen sporcuların önceliği beceriyi geliştirmek, öğrenmek, görevde ustalaşmak, takım uyumu ve iş birliğidir (Arıcı, 2014).

Ego yönelimi, diğerlerini yenerek ve diğer insanlarla kendini kıyaslayarak yetkinlik gösterdiğini düşünen kişileri ifade eder (Lochbaum ve ark., 2016). Ego yönelimli sporcularda; yüksek performans kaygısı (Newton ve Duda, 1993), fazla endişe ve endişe ile birlikte daha az çalışma isteği (Smith ve ark., 2006) ve başarısızlık durumlarında daha az sebat etme eğilimi gözlemlenmektedir (Sideridis ve Kaplan, 2011). Dweck ve Leggett'e göre (1988) bireyler yeteneklerini ispatlayabilecekleri faaliyetlerle daha fazla motive olurlar. Daha az çaba harcayarak başkalarını geride bıraktıklarında veya başkalarıyla eşit derecede iyi performans gösterdiklerinde başarı hissederler (Kavussanu ve ark., 2011). Ego yönelimli sporcular, yarışmada başaramayacaklarını hissettiklerinde isteksiz görünürler (Walling ve Duda, 1995). Ego yönelimli sporcular için yoğun çalışma ve çabadan daha değerli ve önemli olan algılanan yetenekleridir. Ego yönelimli sporcular, başarıya ulaşmak için centilmenlik dışı davranışları kullanmaya daha eğilimlidirler.

Spor performansına yönelik beklentilerin gerçekleşmesi için hedef yönelimlerinden görev yönelimli sporcuların daha başarılı olacakları literatürle desteklenmektedir (Ong, 2019; Toros, 2002; Walling ve Duda, 1995). Görev yönelimli sporcuların ve kişilerin başarı ile ilgili inançlarını açıklayan ve vurgulayan çalışmalar bulunmaktadır (Vazou ve ark., 2006; Castillo ve ark., 2010). Görev yönelimli hedefleri benimseyen sporcular öğrenmeyi, takıma uyum sağlamayı, iş birliği yapmayı, görevde ustalaşmayı ve beceri gelişimini ön planda tutarlar. Görev ile ilişkili hedef yöneliminin sporu içselleştirme, hoşlanma ve doyum ile pozitif ilişkili olduğu belirtilmiştir (Vazou ve ark., 2005). Bir işi kişisel olarak ustalıkla ele alan, görev odaklı sporcular, beceri geliştirme ve keyif alma gibi daha içsel motivasyonel unsurları benimsemeye isteklidirler (Deci ve Ryan, 1991).

Deci ve Ryan (1985) tarafından geliştirilen ve motivasyon ile ilgili en önemli kuramlar arasında yer alan “Bilişsel Değerlendirme Kuramı” (Cognitive Evaluation Theory) çerçevesinde kişilerin doğuştan kişisel yeterlik duygusuna gereksinim duydukları belirtilmiştir. Bu kurama göre, sportif aktiviteye katılmada ve devam ettirmede her bireyin belirli nedenleri vardır. Bu nedenler içsel ya da dışsal olabilmektedir. Bir bireyin içsel olarak motive olduğunun varsayılabilmesi için, o kişinin dışarıdan etmenler (başka bir birey gibi) olmaksızın kendi arzusu (isteği) ile bir aktiviteye katılması ve uyarıcı özelliği olan bir durum olmaksızın mücadele etmesi gereklidir.

Bireylerin dışsal bir ödül olmadığı halde belli uyaranlarla meşgul olması ya da bir etkinlikte yer alması, sadece bundan dolayı haz alması ve doyum sağlaması içsel motivasyon ile ifade edilmektedir (Vallerant ve ark., 1992). Davranışın nedenselliği içsel motivasyon durumunda bireyin içindedir. Bu tür motivasyon bireylerin merak, ilgi ve yetenek gibi en önemli gereksinimlerinden kaynaklanır. Başarı durumu ile yüksek düzeydeki içsel motivasyon pozitif ilişkilidir (Yazıcı, 2009).

İçsel motivasyon iki aşamadan oluşmaktadır:

1. *Zihinsel*; kişinin aklında nereye gideceğini oluşturması, kavramasıdır.
2. *Fiziksel*; kişinin varmak isteği yöne doğru hareket etmesidir (Koruç, 2002).

Dışsal motivasyon, diğer insanlar tarafından kişiye verilen, davranışın tekrarlanma olasılığını arttırıp azaltabilen, başka bir deyişle pozitif veya negatif etkilerde bulunabilen maddi, manevi değerler taşıyan pekiştireçlerdir. Maddi materyaller dışsal ödül olarak kabul edilebilirler (Soyer ve ark, 2010). Dışsal motivasyon doğrudan sporcunun kendisi ile ilgili bir durum değildir. Dış ortamdaki durumların sporcuda oluşturmuş olduğu olumlu ya da olumsuz etkilerdir.

Literatürde yer alan çalışmalarda, içsel motivasyon ile hedef yönelimi boyutları arasında bir ilişki olduğu ileri sürülmüştür (Duda ve White, 1992; Kavussanu ve Roberts, 1996; Lochbaum ve Roberts, 1993). Spor ortamında motivasyon ve performansın, kişinin istediği amaca ulaşmasındaki yetenek veya yeterliği konusundaki algı ve inancı ile yakından ilgili olduğu belirtilmektedir. Dolayısıyla başarı bir motivasyonel unsur olarak da tanımlanabilir (Zaccaro ve ark, 1995). Bir işi kişisel olarak ustalıkla ele alan, görev odaklı bir sporcu, beceri geliştirme ve keyif alma gibi daha içsel motivasyonel unsurları benimsemeye isteklidir (Deci ve Ryan, 1991). Sporcuların ne şekilde motive olduğunu anlamak, onları branşlarında tutmak ve uzun vadeli başarılarını sürdürmek adına çok büyük önem arz etmektedir (Rhea, 2019). Ayrıca spora katılan bireylerde motivasyon ve hedef yönelimini anlamak, uzun vadede bağlılığı ve performansı geliştirmek için antrenman programları geliştirmede ve koçluk stratejileri oluşturmada yardımcı olabilir. Bu araştırmanın amacı, profesyonel futbolcuların hedef yönelimlerinin motivasyonel yönelimlerini nasıl etkilediğini incelemektir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu çalışma profesyonel futbol sporcuları üzerinde tarama modeline göre yürütülmüştür. İki veya daha fazla sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin varlığını veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleri İlişkisel tarama modelleridir (Karasar, 2005).

Çalışma Grubu

Çalışmaya katılan 121 profesyonel futbolcunun yaş ortalaması 23.6 ± 3.6 yıl, spor yapma süreleri ortalaması ise 13.4 ± 2.9 yıldır.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından oluşturulan ‘Kişisel Bilgi Formu’ ile araştırmanın çalışma grubunu oluşturan sporculardan bilgi toplamak amaçlanmıştır. Bu form, yaş, cinsiyet ve spor branşı ile ilgili sorulardan oluşmaktadır.

Sporda Görev ve Ego Yönelimi Ölçeği: Duda (1989; 1992) tarafından geliştirilen Sporda Görev ve Ego Yönelim Ölçeği (SGYÖ), 7’si görev, 6’sı ego yönelimi olmak üzere 13 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin Türk sporcularına uyarlama çalışması Toros (2004) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışması sonucunda, görev yönelimi hedefler için Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .87, ego yönelimi hedefler için .85 olarak tespit edilmiştir (Bayar, 2010). Bu çalışmada ise ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık değerleri görev yönelimi için .85 ve ego yönelimi için .88 olarak hesaplanmıştır.

Sporda Güdülenme Ölçeği: Pelletier ve ark. (1995) tarafından geliştirilen ‘Sporda Güdülenme Ölçeği (SGÖ), Kazak (1995) tarafından Türkçe’ye uyarlanmıştır. Ölçek 28 madde ve 6 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek 7’likert tipi bir derecelemeye sahiptir. Çalışmada ölçek alt boyutlarını içsel güdülenme-dışsal güdülenme ve güdülenmeme oluşturmaktadır. Bu üç alt boyutun alt boyutları da bulunmaktadır. İçsel güdülenmenin alt boyutları; bilmek-başarmak için içsel güdülenme, uyarın yaşamak için içsel güdülenmedir. Dışsal güdülenmenin alt boyutları ise dışsal düzenleme, içe atım ve özdeşim son olarak güdülenmeme ise tek boyutludur. Ölçeğin Cronbach alfa ile hesaplanan iç tutarlık değerleri alt ölçeklere göre İçsel Motivasyon için .89 (Bilmek ve Başarmak için içsel güdülenmede .86, uyarın yaşamak için içsel güdülenme .73), Dışsal Motivasyon için .90 (dışsal düzenleme .74, içe atım .82, özdeşim .72) ve Güdülenmeme alt ölçeğinde ise .62 olduğu belirlenmiştir (Bayar, 2010).

Verilerin Analizi

Verilerin analizi SPSS 22.0 paket programında yapılmış ve yanılma düzeyi 0.05 olarak alınmıştır. Verilerin parametrik testlerin ön koşullarını sağlayıp sağlamadığı çarpıklık ve basıklık testi sonuçları incelenmesi yoluyla karar verilmiştir (Büyüköztürk, 2012). Verilerin analizi için katılımcıların SGYÖ’den aldıkları puanlara göre 4 (Grup) x 3 (içsel, dışsal, amotivasyon) One Way ANOVA’dan faydalanılmıştır. Ayrıca ölçeklerin güvenilirliklerini belirlemek için Cronbach Alpha katsayıları hesaplanmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Ölçek puanlarının dağılımları

| Ölçekler | Alt Boyutlar | n | X | Ss | Çarpıklık | Basıklık | Min. | Maks. |
|----------|-------------------|-----|------|------|-----------|----------|------|-------|
| SGÖ | Görev Yönelimi | 121 | 4.41 | .50 | .04 | -1.78 | 3.57 | 5.00 |
| | Ego Yönelimi | 121 | 4.31 | .63 | .02 | -1.88 | 3.50 | 5.00 |
| | İçsel Motivasyon | 121 | 5.90 | .85 | -.31 | -.87 | 4.00 | 7.00 |
| SGYÖ | Dışsal Motivasyon | 121 | 5.56 | .58 | -.44 | .04 | 4.18 | 7.00 |
| | Amotivasyon | 121 | 2.36 | 1.16 | 1.75 | 3.04 | 1.00 | 7.00 |

Ölçeklerden alınan puanların çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde verilerin normal dağıldığı söylenebilir (Tablo 1). Yapılan diskriminat analizi sonrasında SGÖ verilerinin betimsel istatistiklerine bakıldığında (Tablo 2), çalışmanın yürütülebilmesi için yeterince verinin bulunduğu görülmektedir.

Tablo2. Katılımcıların ego-görev yönelimine göre SGÖ puanlarına ait betimleyici istatistikleri

| Alt Boyut | Grup | N | X | Ss |
|-------------------|-------------------------|----|------|------|
| İçsel Motivasyon | Düşük Ego-Yüksek Görev | 40 | 6.18 | .92 |
| | Yüksek Ego-Düşük Görev | 37 | 5.50 | .37 |
| | Düşük Ego-Düşük Görev | 20 | 5.92 | .96 |
| | Yüksek Ego-Yüksek Görev | 24 | 6.02 | .97 |
| Dışsal Motivasyon | Düşük Ego-Yüksek Görev | 40 | 5.60 | .62 |
| | Yüksek Ego-Düşük Görev | 37 | 5.54 | .33 |
| | Düşük Ego-Düşük Görev | 20 | 5.42 | .56 |
| | Yüksek Ego-Yüksek Görev | 24 | 5.67 | .82 |
| Amotivasyon | Düşük Ego-Yüksek Görev | 40 | 1.52 | .30 |
| | Yüksek Ego-Düşük Görev | 37 | 2.00 | .20 |
| | Düşük Ego-Düşük Görev | 20 | 3.42 | 1.80 |
| | Yüksek Ego-Yüksek Görev | 24 | 3.43 | .73 |

Bu durumda ego puanı yüksek, görev puanı düşük olan ego yönelimli sporcular ile, görev puanı yüksek ego puanı düşük olan görev yönelimli olarak adlandırılan sporcuların, SGÖ puanlarına göre yapılan tek yönlü varyans analizinde (Tablo 3), katılımcıların ego-görev yönelimlerine göre verileri incelendiğinde, içsel motivasyon alt boyutunda anlamlı düzeyde fark görülmektedir ($F_{(3, 117)} = 4.82, p=0.003$). Yapılan post hoc analizi sonuçlarına göre Düşük Ego-Yüksek Görev yönelimli sporcular, Yüksek Ego-Düşük Görev yönelimli sporculara göre içsel motivasyon alt boyutundan anlamlı düzeyde daha yüksek puan almışlardır ($p<0.05$). Düşük Ego-Düşük Görev ve Yüksek Ego-Yüksek Görev grubunda yer alan sporcuların diğer gruplara göre içsel motivasyon puanlarında anlamlı düzeyde farklılığa rastlanmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 3. Katılımcıların ego-görev yönelimine göre SGÖ puanlarına ait ANOVA sonuçları

| Alt Boyut | Varyans Kaynağı | Kareler Toplamı | SD | Kareler ortalaması | F | P |
|-------------------|-----------------|-----------------|-----|--------------------|-------|------|
| İçsel Motivasyon | Gruplar arası | 9.511 | 3 | 3.17 | 4.82 | .003 |
| | Gruplar içi | 76.92 | 117 | .66 | | |
| | Toplam | 86.43 | 120 | | | |
| Dışsal Motivasyon | Gruplar arası | .72 | 3 | .24 | .703 | .552 |
| | Gruplar içi | 39.99 | 117 | .34 | | |
| | Toplam | 40.72 | 120 | | | |
| Amotivasyon | Gruplar arası | 82.59 | 3 | 27.53 | 41.09 | .001 |
| | Gruplar içi | 78.39 | 117 | .67 | | |
| | Toplam | 160.98 | 120 | | | |

Grupların dışsal motivasyon alt boyut puanları arasında anlamlı düzeyde farka rastlanılmamıştır ($F_{(3, 117)} = 0.70, p=0.552$). Son olarak, grupların Amotivasyon alt boyutundan aldıkları puanlar incelendiğinde gruplar arası anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($F_{(3, 117)} = 41.09, p=0.001$). Post hoc analiz sonuçları incelendiğinde Düşük Ego-Yüksek Görev yönelimi grubunun Amotivasyon alt boyut puanları Düşük Ego-Düşük Görev ve Yüksek Ego-Yüksek Görev yönelimi gruplarından anlamlı düzeyde daha düşüktür ($p<0.05$). Benzer şekilde Yüksek Ego-Düşük Görev yönelimi grubu puanları Düşük Ego-Düşük Görev ve Yüksek Ego-Yüksek Görev yönelimi grubu puanlarından anlamlı düzeyde daha düşüktür ($p<0.05$). Yüksek Ego-Yüksek Görev yönelimli grup ile Düşük Ego-Düşük Görev yönelimli grup arasında Amotivasyon alt boyutunda anlamlı düzeyde farka rastlanılmamıştır ($p>0.05$).

TARTIŞMA ve SONUÇ

Bu araştırmanın bulgularına bakıldığında, Yüksek Görev-Düşük Ego yönelimli (Görev Yönelimli) futbolcuların Düşük Görev-Yüksek Ego yönelimlilere (Ego Yönelimli) göre daha fazla içsel motivasyona sahip olduğu söylenebilir. Gonzalez (2019), kaya tırmanışı yapan sporcular üzerinde yürütmüş olduğu çalışmada görev yönelimi ile içsel motivasyon ve ego yönelimi ile dışsal motivasyon arasında pozitif bir ilişki olduğunu bildirmiştir. Bu durum bizim çalışmamızla ve literatürde yer alan birçok çalışma ile paralellik göstermektedir (Lochbaum ve ark., 2016; Ryan ve Deci, 2007; van de Pol ve ark., 2012). Benzer şekilde Koenig ve Butki (2000) futbolcular üzerinde yapmış oldukları çalışmada, ego yönelimi puanları ile dışsal motivasyon puanları arasında ve görev yönelimi puanları ile içsel motivasyon puanları arasında pozitif bir ilişki olduğunu belirtmişlerdir. Ntoumanis (2001), 268 sporcu üzerinde yapmış olduğu çalışmada görev yöneliminin içsel motivasyonu pozitif olarak yordadığını bildirmiştir.

Çalışmamızın bir diğer bulgusu sporcuların hedef yönelimlerinin dışsal motivasyon düzeylerine etki etmemiş olmasıdır. Bu sonuç Ntoumanis (2001)'in yüksek ego ve yüksek görevli bireylerin düşük ego ve yüksek görevli bireylere göre daha ego yönelimli olduğunu bildiren çalışması ile çelişmektedir. Bizim çalışmamızda yer alan sporcuların profesyonel futbolcular oldukları göz önüne alındığında, futbolun diğer branşlara göre daha fazla maddi kazanç sağlama potansiyelinin olması nedeniyle böyle bir farklılık gözlemlenmemiş olması söz konudur.

Çalışmamızda görev yönelimli grubun Amotivasyon alt boyut puanları, düşük ego-düşük görev ve yüksek ego-yüksek görev yönelimi gruplarından anlamlı düzeyde daha düşüktür. Koumpoula ve ark. (2011), ritmik cimnastik sporcuları üzerinde yürütmüş oldukları araştırmada katılımcıların yüksek düzeyde içsel, orta düzeyde dışsal motivasyon ve düşük düzeyde amotivasyon puanları aldıklarını bildirmişlerdir. Yapmış olduğumuz çalışmada ise içsel ve dışsal motivasyon düzeyleri yüksek, amotivasyon düzeyleri orta düzeye yakındır. Bu sonuçlara göre sporcuların motivasyonlarının uzun vadede düşmemesi için düşük ego-yüksek görev yönelimli olmaları bir avantaja, yüksek dışsal motivasyon yönelimi ise dezavantaja neden oluyor olabilir. Ancak profesyonel anlamda bakıldığında sporcuların üst düzeyde yer almaları için yüksek ego-yüksek görev yönelimli olmaları daha istendiktir. Bunun yanında uzun vadede profesyonel sporcuların motivasyonlarını düşüren bir etmen olabilir. Bu konu da derinlemesine araştırmaya muhtaçtır ve boylamsal çalışmalara ihtiyaç vardır.

Yapılan bu çalışmanın sınırlılıkları bulunmaktadır. Katılımcıların resmi maçlarda genelde asıl ya da yedek mi olarak takımda yer aldıkları ölçülmemiştir. Filho ve ark. (2018) resmi maçlarda uzun süre görev alan futbolcuların, kısa süre görev alanlara göre içsel olarak daha fazla motive olduklarını bildirmişlerdir. Hepler ve Witte (2016) basketbolcular üzerinde yaptıkları çalışmada yedek başlayan oyuncuların ilk 5'te başlayanlara göre dışsal motivasyonlarının daha yüksek olduğunu ve daha yüksek düzeyde amotivasyon puanlarına rastlandığını bildirmişlerdir. Dolayısıyla içsel motivasyonu etkileyen faktörlerden birisi katılımcıların resmi maçlarda aldıkları süre olabilir. Ayrıca katılımcıların antrenörlerinin ne tür bir liderlik tarzıyla antrenman yaptırdıkları ölçülmemiştir. Adzhar ve ark. (2019) koçların demokratik liderlik tarzları ile oyuncuların içsel ve dışsal motivasyon düzeyleri arasında orta düzeyde bir ilişkiye rastlamıştır. Futbol antrenörlerinin genelde otokratik bir tarzda olduğu düşünüldüğünde bu durum da futbolcuların içsel motivasyon düzeylerini etkiliyor olabilir. Ölçeklerin uygulanması sezon başında gerçekleştirilmiştir. Dolayısıyla sezon ortası ya da sonunda takımların başarı düzeyleri katılımcıların motivasyon düzeylerini etkileyebilir. Çeşitli zaman aralıklarında ölçümler yapılarak bu tür çalışmalar daha da genişletilebilir. İçsel motivasyonu etkileyebilecek bir faktör olan sporcuların ikinci bir spor branşı ile ilgilenip ilgilenmedikleri araştırmamızda yer

almamıştır. Hendry ve ark. (2014), tek bir spor branşında yer alan elit futbolcuların, birden fazla branşla ilgilenen elit futbolculara göre içsel motivasyonlarının daha düşük olduğunu bildirmiştir.

Takım çalışması (futbol gibi takım sporlarında), oyunun teknik ve taktiksel yönlerinin gelişmesi kapsamında ele alınmaktadır (Balaguer, 2002). Görev yönelimi, takım düzeyinde teknik ve taktiksel gelişim ve kişinin bireysel performansı ile ilgili olarak algıladığı fiziksel gelişimi ile ilişkilidir. Takımların daha iyi olması için bireysel olarak oyuncuların hücum ve/veya savunma ile ilgili sorumluluklarını (rollerini) yerine getirmesi beklenir. Bu sorumluluklar yüksek oranda görev odaklı olduğunda, sporcuların birlikte çalışmalarının başarıya katkıda bulunacağına inanmaları daha olasıdır. Ülkemizde altyapılardan başlamak üzere kişilerin görev yönelimine eğilimlerinin artmasına yönelik yapılacak çalışmalar takım sporlarında uzun vadede daha başarılı sonuçlar elde edilmesini sağlayabilir. Kişilerin dışsal olarak motive olduğu bir ortamda dışsal faktörlerin ortadan kalkmasıyla sporu bırakacakları göz önüne alındığında, içsel motivasyon spora devam etmede oldukça önemlidir. Bunun yanında, Menegassi ve ark. (2018) kişilerin motivasyon düzeyleri ile taktiksel performanslarının pozitif ilişkili olduğunu bildirmişlerdir. Bu durum yine takım çalışması gerektiren futbol sporunda ayrıca önem arz etmektedir. Dahası, Sheean ve ark. (2018) yapmış oldukları çalışmada, bireylerin içsel motivasyonları ve görev yönelimlerinin mental sağlıkla pozitif ilişkili olduğunu bildirmişlerdir. Bu nedenle içsel motivasyonu ve görev yönelimini arttırmaya yönelik çalışmaların arttırılması önerilmektedir.

Sonuç olarak bu çalışmaya göre, görev yönelimli futbolcular, ego yönelimlilere göre daha fazla içsel motivasyona sahiptir. Bununla birlikte sporcuların hedef yönelimleri dışsal motivasyon düzeyleri üzerinde bir etkiye sahip değildir. Düşük ego-yüksek görev yönelimli sporcuların amotivasyon düzeyleri diğer gruplara göre daha düşük düzeydedir ve motivasyonun uzun vadede optimal düzeyde tutulmasında görev yönelimine daha fazla önem verilmesi fayda sağlayabilir.

KAYNAKLAR

Adzhar, R. J. I., Abd Aziz, S., Zakaria, J., Osman, N., Azmi, S. H. (2019). Correlation between leadership style and athlete motivation among males and females adolescents. *Malaysian Journal of Movement, Health & Exercise*, 8(2), 45-56

Aracı, H. Aracı, Ş. (2014) *Spor Bilimleri Öğretimi* (1. Basım) Ankara

Bayar, P. (2010). Türkiye’de kullanılan egzersiz ve spor psikolojisi testleri. *Gündüz Eğitim ve Yayıncılık, Ankara*.

Balaguer, I., Duda, J. L., Atienza, F. L., Mayo, C. 2002. Situational and dispositional goals as predictors of perceptions of individual and team improvement, satisfaction and coach ratings among elite female handball teams. *Psychology of Sport & Exercise*, 3: 293–308.

Castillo, I., Tomás, I., Balaguer, I., Fonseca, A. M., Dias, C., Duda, J. L. (2010). The Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire: Testing for measurement invariance and latent mean differences in Spanish and Portuguese adolescents. *International Journal of Testing*, 10(1), 21-32.

Davids, K., Araújo, D., Schuttleworth, R. Applications of dynamical systems theory to football. In *Science and Football V*; Reilly, T., Cabri, J., Araújo, D., Eds.; Routledge: London, UK, 2005; pp. 547–560

Deci, E. L., Ryan, R. M. (1985). Cognitive evaluation theory. In *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior* (pp. 43-85). *Springer*, Boston, MA.

Deci, E. L., Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., Ryan, R. M. (1991). Motivation and education: The self-determination perspective. *Educational Psychologist*, 26(3-4), 325-346.

Duda, J. L. (1989). Relationship between task and ego orientation and the perceived purpose of sport among high school athletes. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(3), 318-335.

Duda, J. L., White, S. A. (1992). Goal orientations and beliefs about the causes of sport success among elite skiers. *The Sport Psychologist*, 6(4), 334-343.

Dweck, C. S., Leggett, E. L. (1988). A social-cognitive approach to motivation and personality. *Psychological Review*, 95(2), 256.

Gonzalez, G. B. (2019). Motivation and goal orientation in rock climbers. *Journal of Sport Behavior*, 42(1).

Hendry, D. T., Crocker, P. R., Hodges, N. J. (2014). Practice and play as determinants of self-determined motivation in youth soccer players. *Journal of Sport Sciences*, 32 (11), 1091-1099.

Hepler, T. J., Witte, K. S. (2016). Motivational regulations and goal orientation in division III basketball players: Gender and playing status differences. *International Journal of Kinesiology and Sports Science*, 4(2), 62-71.

Karasar, N. (2005). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. 15. Baskı, Ankara: Nobel Yayınevi.

Kavussanu, M., Roberts, G. C. (1996). Motivation in physical activity contexts: The relationship of perceived motivational climate to intrinsic motivation and self-efficacy. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18(3), 264-280.

Kavussanu, M., White, S. A., Jowett, S., England, S. (2011). Elite and non-elite male footballers differ in goal orientation and perceptions of parental climate. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 9(3), 284-290.

Kazak, Z. (1995). " Sporda güdülenme ölçeği-sgö-" nin türk sporcuları için güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 15(4), 191-206.

Koenig, C.J. Butki, B.D. (2000). Motivation, goal orientation, and perceived motivational climate in youth soccer players. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 22 (4), 358

Koruç Z, (2002) Sporda self determinasyon kuramı, 7. *Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi*, 279-285, Antalya

Koumpoula, M., Tsopani, D., Flessas, K., Chairopoulou, C. (2011). Goal orientations and sport motivation, differences between the athletes of competitive and non-competitive rhythmic gymnastics. *J Sport Med Phys Fit*, 51(3), 480-488.

Lochbaum, M. R., Roberts, G. C. (1993). Goal orientations and perceptions of the sport experience. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15(2), 160-171.

Lochbaum, M., Kazak Çetinkalp, Z., Graham, K. A., Wright, T., Zazo, R. (2016). Task and ego goal orientations in competitive sport: A quantitative review of the literature from 1989 to 2016. *Kinesiology: International Journal of Fundamental and Applied Kinesiology*, 48(1), 3-29.

Lochbaum, M., Zazo, R., Kazak Qelinkalp, Z., Wright, T., Graham, K. A., Kontinen, N. (2016) . A meta-analytic review of achievement goal orientation correlates in competitive sport: A follow-up to Lochbaum et al.(2016). *Kinesiology: International Journal of Fundamental and Applied Kinesiology*, 48, 159-173.

Menegassi, V. M., Rechenchosky, L., Borges, P. H., Nazario, P. F., Carneiro, A. F., Fiorese, L., Rinaldi, W. (2018). Impact of motivation on anxiety and tactical knowledge of young soccer players. *Journal of Physical Education and Sport*, 18(1), 170-174.

Newton, M., Duda, J. L. (1993). The relationship of task and ego orientation to performance: Cognitive content, affect, and attributions in bowling. *Journal of Sport Behavior*, 16(4), 209.

- Nicholls, J. G. (1989). The competitive ethos and democratic education. Harvard University Press.
- Ntoumanis, N. (2001). Empirical links between achievement goal theory and self-determination theory in sport. *Journal of Sports Sciences*, 19(6), 397-409.
- Ong, N. C. (2019). Assessing objective achievement motivation in elite athletes: A comparison according to gender, sport type, and competitive level. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17(4), 397-409.
- Pazo, C.I., Sáenz-López, P., Fradua, L. Influencia del contexto deportivo en la formación de los futbolistas de la selección española de fútbol. *Rev. Psicol. Dep.* 2012, 21, 291–299.
- Pelletier, L. G., Tuson, K. M., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Briere, N. M., Blais, M. R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17(1), 35-53.
- Rhea, N. A. (2019). Goal Orientations and Beliefs About Success in Age Group Swimmers. *University of the Pasific*.
- Ryan, R. M., Deci, E. L. (2007). Active human nature: Self-determination Theory and promotion and maintenance of sport, exercise, and health. In M. S. Hagger, N. L. Chatzisarantis (Eds.), *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Exercise and Sport* (pp. 1-19). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Sheehan, R. B., Herring, M. P., Campbell, M. J. (2018). Associations between motivation and mental health in sport: A test of the Hierarchical Model of Intrinsic and Extrinsic Motivation. *Frontiers in Psychology*, 9, 707.
- Sideridis, G. D., Kaplan, A. (2011). Achievement goals and persistence across tasks: The roles of failure and success. *The Journal of Experimental Education*, 79(4), 429-451.
- Smith, A. L., Balaguer, I., Duda, J. L. (2006). Goal orientation profile differences on perceived motivational climate, perceived peer relationships, and motivation-related responses of youth athletes. *Journal of Sports Sciences*, 24(12), 1315-1327.
- Souza Filho, M. J. D., Albuquerque, M. R., Costa, I. T. D., Malloy-Diniz, L. F., Costa, V. T. D. (2018). Comparison of the motivation level of soccer players with high and low played time in matches under-20. *Journal of Physical Education*, 29.
- Soyer, F., Can, Y., Güven, H., Hergüner, G., Bayansalduz, M., Tetik, B. (2010). Sporculardaki başarı motivasyonu ile takım birlikteliği arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(1), 225-239.
- Stephens, D.E., Bredemeier, B. J. L. (1995). Moral atmosphere and judgements about aggression in girls' soccer: Relationship among moral and motivation variables. *J Sport Exer Psychology*, 18, 158-173.
- Toros, T. (2002). Elit ve elit olmayan erkek basketbolcularda hedef yönelimi, güdüsel (motivasyonel) iklim ve yaşam doyumu. *Spor Bilimleri Dergisi*, 13(3), 24-36.
- Toros, T. (2004). " Sporda görev ve ego yönelim ölçeği-sgeyö-" nin türk sporcuları için güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 15(3), 155-166.
- Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., Blais, M. R., Briere, N. M., Senecal, C., Vallieres, E. F. (1992). The Academic Motivation Scale: A measure of intrinsic, extrinsic, and amotivation in education. *Educational and psychological measurement*, 52(4), 1003-1017.
- van de Pol, P. K., Kavussanu, M., Ring, C. (2012). Goal orientations, perceived motivational climate, and motivational outcomes in football: A comparison between training and competition contexts. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(4), 491-499.
- Vazou, S., Ntoumanis, N., Duda, J. L. (2005). Peer motivational climate in youth sport: A qualitative inquiry. *Psychology of Sport and Exercise*, 6(5), 497-516.

Vazou, S., Ntoumanis, N., Duda, J. L. (2006). Predicting young athletes' motivational indices as a function of their perceptions of the coach-and peer-created climate. *Psychology of Sport and Exercise*, 7(2), 215-233.

Walling, M. D., Duda, J. L. (1995). Goals and their associations with beliefs about success in and perceptions of the purposes of physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 14(2), 140-156.

Yazici, H. (2009). Öğretmenlik mesleği, motivasyon kaynakları ve temel tutumlar: Kuramsal bir bakış. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 17(1), 33-46.

Zaccaro, S. J., Blair, V., Peterson, C., Zazanis, M. (1995). Collective efficacy. In *Self-efficacy, Adaptation, and Adjustment* (pp. 305-328). Springer, Boston, MA.

Geliş Tarihi (Received): 02.10.2019
Kabul Tarihi (Accepted): 09.12.2019
SPORMETRE, 2019,17(4),275-284
DOI: 10.33689/spormetre.641112

ELİT TÜRK GÜREŞÇİLERİNİN ANJİOTENSİN I-DÖNÜŞTÜRÜCÜ ENZİM GEN POLİMORFİZMİ VE VO₂MAX DÜZEYLERİ İLE ATLETİK PERFORMANS ARASINDAKİ İLİŞKİNİN BELİRLENMESİ¹

Melahat KURTULUŞ¹, Mehmet GÜNAY², Çağrı ÇELENK³, İbrahim CİCİOĞLU², Tahsin KESİCİ⁴

¹Gazi Üniversitesi, Eczacılık Fakültesi, Ankara

²Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

³Erciyes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kayseri

⁴TOBB Ekonomi ve Teknoloji Üniversitesi, Ankara

Öz: Anjiotensin I-dönüştürücü enzim gen polimorfizmi fiziksel aktivite ile ilişkili önemli genlerden biridir. Bu çalışmanın amacı, elit Türk güreşçilerde ADE I/D gen polimorfizmi ile atletik performans ve ADE geni genotip dağılımı ile maksimum oksijen tüketimi (Vo₂max) arasında bir ilişki olup olmadığını belirlemektir. ADE I/D gen polimorfizmi 46 elit Türk güreşçi ve 58 sağlıklı sedanter bireyde araştırıldı. Elit güreşçilerin Vo₂max değerleri mekik koşu testi ile ölçüldü. Elit güreşçi ve sedanter bireylerin DNA'sı periferal kandan elde edildi. ADE I/D gen polimorfizmi alel frekansları ve genotip dağılımı polimeraz zincir reaksiyonu ile belirlendi. Elit güreşçi ve sedanter bireylerin ACE I/D gen polimorfizmi alel frekansları ve genotip dağılımı karşılaştırıldı ve elit güreşçi ve sedanter bireyler arasında önemli bir fark bulunmadı (P>0.05). Elit güreşçilerin ADE I/D gen polimorfizmi genotip dağılımı ile Vo₂max düzeyleri arasında bir fark tespit edilmedi (P>0.05). DD, ID ve II genotipli elit güreşçilerde Vo₂max' ın benzer dağılım gösterdiği belirlendi. Bu araştırma, elit Türk güreşçilerinde ADE I/D gen polimorfizmi ile spor performansı ve ACE I/D gen polimorfizmi genotipleri ile Vo₂max arasında anlamlı bir ilişki olmadığını göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: Anjiotensin Dönüştürücü Enzim, Atletik Performans, Güreş, Polimorfizm, Vo₂max

DETERMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN ANGIOTENSIN I-CONVERTING ENZYME GENE POLYMORPHISM AND VO₂MAX LEVELS AND ATHLETIC PERFORMANCE IN ELITE TURKISH WRESTLERS

Abstract: The polymorphism of angiotensin I-converting enzyme gene is one of the important genes associated with physical activity, The aim of this study is to determine whether there is a relationship between ACE I/D gene polymorphism and athletic performance and genotype distribution of the ACE gene and maximum oxygen consumption (Vo₂max) in the elite Turkish wrestlers. ACE I/D gene polymorphism is investigated in 46 elite Turkish wrestlers and 58 healthy sedentary individuals. Vo₂max values in elite wrestlers were measured by a progressive shuttle run test. DNA of elite wrestlers and sedentary individuals was obtained from peripheral blood. The allele frequencies and genotype distribution of ACE I/D gene polymorphism determined by polymerase chain reaction. Allele frequencies and genotype distribution of ACE I/D gene polymorphism in the elite wrestlers and sedentary individuals were compared and no significant difference was found between elite wrestlers and sedentary individuals (P>0.05). There was also no difference between the genotype distribution of the ACE I/D gene polymorphism and Vo₂max levels in the elite wrestlers (P>0.05). It was determined that Vo₂max showed similar distribution in elite wrestlers with DD, ID and II genotypes. The present study demonstrated that there was no significant relationship between the ACE I/D gene polymorphism and sports performance and genotypes of ACE I/D gene polymorphism and Vo₂max in elite Turkish wrestlers.

Key Words: Angiotensin Converting Enzyme, Athletic Performance, Wrestling, Polymorphism, Vo₂max

¹ Araştırma Gazi Üniversitesi'nin desteği ile yapılmıştır.

GİRİŞ

Fiziksel performans genetik, eğitim ve beslenme gibi birçok çevresel faktörün etkilediği multifaktöriyel bir özelliktir (Lucia ve ark., 2010). Genetik bilgi vücut şeklini belirler, kas-iskelet sisteminde kas kitlesi ve kas liflerinin bileşiminde, kuvvet ve dayanıklılık özelliklerinde, akciğer kapasitesinde ve aynı zamanda anaerobik eşikte önemlidir (Ostrander ve ark., 2009; Macarthur ve ark., 2005). İkizlerle yapılan bir çalışmada, genetik faktörlerin %66 oranında atletik başarıyı etkilediği belirtilmiştir (De Moor ve ark., 2007). Kromozom ve mitokondriyel DNA'da ~200 genetik polimorfizmin fiziksel performans ve fitness özellikleri ile ilişkisi açıklanmıştır. Bu genetik varyantlardan ~20'sinin atletik performansla ilişkisi bildirilmiştir (Guth ve ark., 2013; Bray ve ark., 2009).

Gen polimorfizmi ile atletik performans ilişkisini açıklayan çok sayıda araştırma vardır. PPAR- α ve PPARGC1A gen varyantlarının dayanıklılık performansı ve alfa-aktinin-3 geninin güç-odaklı performansla ilişkisi belirlenmiştir (Tural ve ark., 2014; Druzhevskaya ve ark., 2008). İnsanlardaki genetik farklılıkların çeşitli yapısal ve fonksiyonel özellikleri etkilediği bilinmektedir. DNA dizilerindeki farklılıklar elit sporcuların genetik yapısının belirlenmesinde önemli rol oynar. Egzersiz sırasında metabolik bir rolü olan anjiyotensin-dönüştürücü enzim (ADE) iskelet kası gibi çeşitli insan dokularında bulunur. Sıklıkla araştırılan performans genlerinden biri ADE insersiyon/delesyon (ADE I/D) gen polimorfizmidir (Puthuchery ve ark., 2011). Bu polimorfizm işlevsel olmadığı düşünülen bir intronda meydana gelir ve bu nedenle ADE aktivitesinde güçlü ve tutarlı bir belirteç olma özelliğine sahiptir (Jones ve ark., 2002). Serum ve dokudaki düşük ADE aktivitesi ile II genotipi ve yüksek ADE aktivitesi ile DD genotipi ilişkilendirilmiştir (Danser ve ark., 1995; Rigat ve ark., 1990).

Renin-anjiyotensin sisteminde (RAS) önemli bir enzim olan ADE anjiyotensin I'in aktif form anjiyotensin II'ye dönüşümünü katalizler (Rigat ve ark., 1990). ADE insanda 17. kromozomda (17q23) bulunan 21 kb'lik uzunluğunda, 26 ekson ve 25 introndan oluşan bir gen dir (Mattei ve ark., 1989). Rigat ve ark., (1992) plazma ADE düzeylerini belirleyen ve kontrolünde etkili olan ADE geninin 16. intronunda 287 bp büyüklüğündeki Alu-dizisi insersiyon fragmentinin varlığı (insersiyon, I aleli) veya yokluğu (delesyon, D aleli) ile bilinen bir varyant veya polimorfizm tanımlamışlardır (Rigat ve ark., 1992). Elit sporcuların iskelet kas gücü üzerinde ADE I/D gen polimorfizminin etkisi bilinmektedir (Costa ve ark., 2009; Cieszczyk ve ark., 2009). Ayrıca bu polimorfizm uzun mesafe koşucularının kardiyovasküler sistem morfolojisinde ve sol ventrikül hipertrofisinde önemli bir role sahiptir (Nagashima ve ark., 2000).

Önceki çalışmalar, ADE geni I alelinin dayanıklılık performansı ile ilişkisini göstermiştir. Diğer genotiplere göre; sıklıkla I aleli Polonyalı ve Avustralyalı ulusal elit kürekçiler ve Japon koşucularında tespit edilmiştir (Cieszczyk ve ark., 2009; Gayagar ve ark., 1998; Min ve ark., 2009). Kısa mesafe yüzücüleri ve kısa mesafe koşucularında ADE geni D aleli ile güç-odaklı performans arasında önemli bir ilişki gösterilmiştir (Costa ve ark. 2009; Nazarov ve ark., 2001; Woods ve ark., 2001). DD genotipi ile güç gerektiren sporların ve dayanıklılık sporları ile II genotipinin ilişkisi belirlenmiştir (Grealy ve ark., 2015). Aksine, bazı çalışmalar ADE I/D gen polimorfizminin atletik performansla ilişkisini gösterememiştir (Kothari ve ark., 2012; Rankinen ve ark., 2000b).

Maksimum oksijen tüketimi (VO_{2max}) yoğun egzersiz esnasında vücudun aldığı, taşıdığı ve kullandığı en yüksek oksijen miktarıdır (Levine, 2008). VO_{2max} yaş, cinsiyet, vücut ölçüleri ve egzersiz tipine bağlı olarak değişebilen bir değerdir. Genetik ve çevresel faktörlerden etkilenen bir özelliktir. Düzenli yapılan fiziksel aktivite, yoğun dayanıklılık antrenmanı gibi çevresel faktörler ve genetik yatkınlık VO_{2max} düzeyine önemli katkı sağlamaktadır (Fagard ve ark., 1991). Gen ve çevrenin birlikte VO_{2max} 'a etkisinin %51 olduğu açıklanmıştır (Bouchard ve ark., 1998). Çevrenin etkisi çıkarıldıktan sonra genetik bileşenin gerçek etkisinin daha düşük olması muhtemeldir (Rankinen ve ark., 2000a)

Aktif sağlıklı genç bireylerin VO_{2max} seviyesinden % 50-100 daha yüksek VO_{2max} dayanıklılık sporcularından şampiyon olanlarında belirlenmiştir. Antremanla yüksek VO_{2max} seviyelerine ulaşılmasında kalp atım hacminin, kan hacminin, kapiller ve mitokondriyal yoğunluk artışının etkisi görülmüştür (Costill ve ark., 1976). Kardiyolojik sistem antreman esnasında vücuda oksijen alınması ve dağıtılması ile ilişkilidir. Antreman performansının değerlendirilmesinde yaygın olarak VO_{2max} kullanılmaktadır (Levine, 2008). Uzun mesafe dayanıklılık sporları, aerobik veya kardiyolojik performans ile ilişkisi bilinen VO_{2max} elit düzeyde dayanıklılık performansının önemli bir belirteçidir (Joyner ve ark., 2008). Kas hızına bağlı anaerobik aktiviteler kısa-mesafe sürat koşucusu ve güç performansı ile ilişkilidir (Ostrander ve ark., 2009). Kasıkcıoğlu ve ark., (2004) elit Kafkasyalı güreşçilerin VO_{2max} seviyelerini ADE I/D gen polimorfizm genotip dağılımı ile karşılaştırdıklarında DD genotipli güreşçilerde daha yüksek VO_{2max} tespit etmişlerdir (Kasıkcıoğlu ve ark., 2004).

Bu araştırmanın amacı; bir grup elit Türk güreşçisinde ADE I/D gen polimorfizmi ve güç-odaklı performans arasındaki ilişkiyi araştırmak ve güreşçilerin ADE geni genotip dağılımı ile VO_{2max} düzeyleri arasında bir ilişki olup olmadığını belirlemektir.

YÖNTEM

Araştırma grubu

Türkiye'de ulusal ve/veya uluslararası yarışmalara katılan elit Türk güreşçiler (46) ve sedanter bireyler (58) araştırma grubunu oluşturdu. Toplam 104 kişiden kan örnekleri alındı. Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesinden etik kurul onay belgesi alınma işlemi tamamlandı.

VO_{2max} ölçümü

Her bir güreşçiye maksimum oksijen tüketimini (VO_{2max}) belirlemek için 20 m mekik koşu testi uygulandı (Polat ve ark. 2005). Sporculara 20 m mesafe gidiş-dönüş olarak koşutuldu. Koşu hız denetimi belli aralıklarla sinyal veren bir teyple yapıldı. Sporcu birinci sinyal sesi ile koşuya başladı ve ikinci sinyal sesine kadar koşuya devam etti. İkinci sinyal sesi ile geri dönerek başlangıç çizgisine ulaştı ve sinyal seslerine göre koşuya devam etti. Pistin bir ucundan diğer ucuna ulaşacak şekilde birinci sinyal sesi ile ikinci sinyal sesi arasındaki koşu hızını sporcu kendisi ayarladı. Sporcu bir sinyal sesini kaçırdığında ikincisine yetiştiğinde teste devam ettirildi. Üst üste iki sinyal sesini kaçırdığında ise teste son verildi. Testin bir kez uygulanmasından sonra her bir sporcunun ölçümleri maksimum oksijen tüketim tablosu ile ml/kg/dk cinsinden değerlendirildi.

ADE I/D gen polimorfizminin belirlenmesi

Kan örneklerinin DNA'sı fenol-kloroform yöntemi kullanılarak elde edildi (Sambrook ve ark., 1989). ADE geninin alel frekansları ve genotip dağılımı PZR tekniğiyle belirlendi. Güreşçi ve sedanter bireylerin DNA'ları intron 16 bölgesini kapsayan F- 5'

CTGGAGACCACTCCCATCCTTTCT 3' ve R- 5' GATGTGGCCATCACATTCGTCAGAT 3' primerleriyle çoğaltıldı. Amplifikasyon; her bir döngü, denaturasyon 94°C 1 dakika, yapışma 58°C 1 dakika ve uzama 72°C 2 dakika olacak şekilde 30 döngü şeklinde tamamlandı. %2'lik agaroz jel elektroforezinde; 190 bp büyüklüğündeki bant ADE geni D aleli ve 490 bp büyüklüğündeki ise I aleli olarak değerlendirildi (Rigat ve ark., 1992).

D alelinin tercihli çoğalması, heterozigot I/D genotipinin homozigot D/D olarak hatalı sınıflandırılmasına neden olabilmektedir. Genotiplemenin özgüllüğünü arttırmak amacıyla D/D genotipli tüm örnekler, insersiyon-spesifik fragmentindeki (HACE) primerlerle; F-5'TGGGACCACAGCGCCCGCCACTAC3' - R-5'TCGCCAGCCCTCCCATGCCATAA3' tekrar çoğaltıldı. DD genotipli bireylerin DNA'ları ADE amplifikasyon programına benzer, yapışma derecesi 67°C olan ayrı bir PZR programı ile çoğaltıldı (Lindpaintner ve ark., 1995). 335 bp'lik bant (I aleli) saptanan bazı D/D genotipli örneklerin genotipi I/D olarak değiştirildi.

İstatistiksel analiz

Güreşçiler ve sedanter bireylerin ADE I/D gen alel frekansları ve genotip dağılımı Ki-Kare testi ile karşılaştırıldı. $P < 0.05$ değerinin istatistiksel olarak önemli olduğu kabul edildi. Güreşçi ADE geni genotip dağılımı ile Vo_{2max} seviyeleri Minitab istatistik programı kullanılarak değerlendirildi.

BULGULAR

Bu çalışmada 46 elit Türk güreşçi ve 58 sedanter birey olmak üzere toplam 104 bireyin ADE I/D gen polimorfizm alel frekansları ve genotip dağılımı polimeraz zincir reaksiyonu tekniği ile belirlendi. Güreşçilerin genotip dağılımı ve alel frekansları (%50 DD, %33 ID, %17 II, D alel frekansı 0.66) sedanter bireylerin frekanslarına benzer bulundu (%40 DD, %45 ID, %15 II, D alel frekansı 0.62) (Tablo 1). Ki-Kare testi ile güreşçiler ve sedanter bireylerin ADE I/D gen polimorfizm genotip dağılımı ve alel frekansları karşılaştırıldı ve gruplar arasında bir fark olmadığı belirlendi ($p > 0.05$).

Tablo 1. Elit Türk güreşçi ve sedanter bireylerin ADE I/D gen polimorfizmi alel frekansları ve genotip dağılımı

| | N | Genotip Frekansı, N (%) | | | Alel Frekansı | | P-value |
|----------|----|-------------------------|---------|--------|---------------|------|---------|
| | | DD | ID | II | D | I | |
| Güreşçi | 46 | 23 (50) | 15 (33) | 8 (17) | 0.66 | 0.34 | 0.528 |
| Sedanter | 58 | 23 (40) | 26 (45) | 9 (15) | 0.62 | 0.38 | 0.439 |

Elit güreşçilerin Vo_{2max} değerleri mekik koşu testi ile ölçüldü. Güreşçilerin ADE genotip dağılımı ile Vo_{2max} değerleri karşılaştırıldı ve ADE genotip ve Vo_{2max} arasında önemli bir fark görülmedi ($p > 0.05$). DD, ID ve II genotipli güreşçilerde Vo_{2max} seviyelerinin benzer bir dağılım gösterdiği tespit edildi (Tablo 2).

Tablo 2. Elit Türk güreşçilerinin ADE genotiplerindeki Vo_{2max} seviyelerinin dağılımı

| ADE Genotip | N | Vo_{2max} , ml. $kg^{-1} \cdot min^{-1}$ |
|-------------|----|--|
| DD | 23 | 51.99 ± 0.863 |
| ID | 15 | 52.55 ± 1.37 |
| II | 8 | 51.29 ± 1.97 |

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada, elit Türk güreşçilerinde PZR tekniği ile ADE I/D gen polimorfizmi alel frekansları ve genotip dağılımı belirlenmiş ve sedanter bireylerle yapılan karşılaştırmada, güç-odaklı performansla ADE I/D gen polimorfizmi arasında bir ilişki belirlenmemiştir. Ayrıca, güreşçilerin mekik koşu testi ile ölçülen VO_{2max} seviyeleri ADE I/D gen polimorfizmi genotip dağılımı ile karşılaştırılmıştır. ADE I/D gen polimorfizmi ile VO_{2max} arasında bir ilişki olmadığı gösterilmiştir ($p>0.05$). Kasikcioglu ve ark., (2004) DD genotipli elit Kafkasyalı güreşçilerde VO_{2max} seviyesinin diğer genotipli güreşçilerden daha yüksek seviyede olduğunu tespit etmiş ve anaerobik performansla önemli bir ilişkisi olabileceğini açıklamışlardır (Kasikcioglu ve ark., 2004).

VO_{2max} genetik ve çevresel faktörlerin etkilediği multifaktöriyel bir fenotiptir. Çevresel faktörlerden en önemlisi düzenli fiziksel aktivitedir ve bu nedenle egzersizin VO_{2max} üzerindeki etkisinin daha iyi anlaşılabilmesi için gruplar arasında egzersiz protokollerinin standardizasyonuna ihtiyaç duyulmaktadır. Bazı çalışmalar antremana yanıt konusunda belirgin bireysel farklılıklar olduğunu bildirmiştir. Ailesel faktörler antreman yanıtındaki değişkenliğe önemli katkı sağlamaktadır (Bouchard ve Rankinen 2001).

VO_{2max} ve performans ilişkisi tam olarak açıklanamamıştır (di Prampero, 2003). Ağır anaerobik koşullarda antreman kısa-zamanlı performansı önemli ölçüde etkilemektedir (Simoneau ve ark., 1986; Roberts ve ark., 1982). Kısa-zamanlı performansa (süresi 20 s'den az) anaerobik performans belirteçlerinin genetik etkisi aynı soydan dizigotik ve monozigotik ikizlerde anlamlı bulunmuştur. Kısa-zamanlı performans gerektiren koşucularda genetiğin katkısının %45 ve %90 olduğu tespit edilmiştir (Bouchard ve Malina, 1983).

ADE genotipleri ile VO_{2max} arasındaki ilişki incelenmiş ve çelişkili kanıtlar elde edilmiştir. ADE homozigot II genotipli kadınların VO_{2max} değerlerinin diğer ADE genotipli kadınlardan yüksek değerlerde olması ADE genotipleri ile VO_{2max} arasında önemli bir ilişki olduğunu göstermiştir. 58 kadında kişiler arası VO_{2max} varyasyonun % 71'ini fiziksel aktivite seviyeleri belirlemiştir. Ayrıca ADE genotipinin varyasyona %12 oranında ek bir artış sağladığı ve ADE genotipleri arasındaki VO_{2max} farklılığının maksimal arteriyovenöz oksijen farkından ($a-vD_{O_2}$) kaynaklanabileceği bildirilmiştir. ADE genindeki değişimlerin fiziksel performans, fiziksel antrenmana verilen yanıt ve her iki durumda etkili olabileceği gösterilmiştir. Bir bireyin genetik yapısı çevresel uyarının etkisinde kaldığında farklı fizyolojik etkiler gösterebilmektedir (Hagberg ve ark., 1998). Fiziksel performans ile ADE genotipleri arasındaki ilişkiyi araştıran bazı çalışmaların etnik orijinli veya coğrafi çeşitliliği olan populasyonlarda yapılmış olması genetik varyantların öngörülen gücüne önemli sınırlama getirmiştir. Bu sınırlama incelenen populasyonun genetik alt yapısının bir fonksiyonundan kaynaklı olabilmektedir (Sonna ve ark., 2001).

Antremana başlamadan önce ve 20 haftalık yoğun denetimli bir antreman sonrası VO_{2max} gibi bir dizi kardiyorespiratuvar fitness fenotipleri sağlıklı, sedanter Kafkasyalılar ($n=476$) ve siyah ($n=248$) bireylerde değerlendirilmiştir. Antremandan önce genotipler arasında VO_{2max} 'da bir fark tespit edilmemiştir. Antreman sonrası; homozigot DD genotipi taşıyan Kafkasyalı çocuklarda VO_{2max} 'da önemli bir artış gözlenmiş, ancak ebeveynlerinde bir artış belirlenmemiştir (Rankinen ve ark., 2000a). Her ne kadar sıkı bir denetime sahip geniş ve iyi tasarlanmış bir çalışma olsa da, elit sporculara yönelik antrenmanın etkisini yansıtmamış olabilir.

Dayanıklılık spor disiplinlerinde VO_{2max} 'ın atletik performansa önemli bir katkısı olduğu bilinmektedir (Joyner ve ark., 2008). Sprint ve güç-odaklı sporcularda ADE I/D gen polimorfizmi ile VO_{2max} arasındaki ilişkiyi açıklayan çeşitli çalışmalar vardır. DD genotipli elit Kafkasyalı güreşçilerin VO_{2max} seviyeleri II ve ID genotipli güreşçilerden daha yüksek bulunmuştur (Kasikcioglu ve ark., 2004). Bu araştırmanın sporcu olmayan Çinli erkeklerle yapılan araştırmanın sonuçları ile benzerliği görülmüştür (Zhao ve ark., 2003).

Bu çalışmada ve diğer bazı çalışmalarda ADE I/D gen polimorfizmi ve VO_{2max} arasında bir ilişki tespit edilmemiştir (Orysiak ve ark., 2013).

ADE geni genotiplerinin atletik performansdaki rolü elit sporcularla yapılan çeşitli epidemiyolojik çalışmalarla desteklenmiştir (Alvarez ve ark., 2000). Bu çalışmada, elit Türk güreşçilerle sedanter bireylerin ADE I/D gen polimorfizm alel frekansları ve genotip dağılımları arasında bir fark belirlenmemiş ve güç-odaklı performansla ADE I/D gen polimorfizmi arasında önemli bir ilişki saptanmamıştır ($P>0.05$).

Güç-odaklı performans ile Brezilyalı güreşçilerin ADE I/D gen polimorfizm alel frekansları ve genotip dağılımı arasında bir ilişki tespit edilmemiştir (Ribas ve ark., 2017). Dayanıklılık ve güreş ve diğer güç-odaklı spor dalları ile ilgili karma bir çalışma ADE I/D gen polimorfizmi ile spor performansı arasında önemli bir ilişki belirleyememiştir (Kurtuluş ve ark., 2018). Atletik yetenek ile karma spor disiplinleri ve ADE I/D gen polimorfizmi arasında bir ilişkinin belirlenmesi zordur (Nazarov ve ark., 2001). Aksine, Znazen ve ark., (2016) Tunuslu elit dayanıklılık ve güç-odaklı sporcuların ADE I/D gen polimorfizmi alel frekansları ve genotip dağılımları ile güç-odaklı performans arasında önemli bir bağlantı tespit etmişlerdir (Znazen ve ark., 2016).

Dayanıklılık ve güç-odaklı sporcularda ADE I/D gen polimorfizmi alel frekansları ve genotip sıklığı farklılık göstermektedir. 91 İngiliz olimpik-standart koşucu ile kontrol grubu kıyaslandığında sıklıkla ADE I aleli ve II genotipi ve Polonyalı güç-odaklı sporcularda ise ADE D aleli sıklığı tespit edilmiştir (Eider ve ark., 2013; Myerson ve ark., 1999). Uluslararası yarışmalara katılan Japon elit güreşçilerde ise D alel sıklığı tespit edilmiştir (Kikuchi ve ark., 2012). Elit dayanıklılık koşucularına kıyasla, sprinterler arasında fazla miktarda D aleli sıklığının varlığı D alelinin kas gücü üzerinde olası bir avantaj sağladığını desteklemektedir. Anaerobik sporlarla D aleli arasındaki ilişkinin iskelet kası mukavemet kazanımındaki farklılıklardan kaynaklanması muhtemeldir. Antremanla quadriceps kası mukavemetinin artışı D aleli ile ilişkilendirilmiştir (Folland ve ark., 2000). Aksine, bazı çalışmalar DD genotipli elit güç-odaklı sporcuların diğer ADE genotipli sporculardan daha az sıklıkta olduğunu tespit etmiştir (Kim ve ark., 2010).

Bu çalışmada güç-odaklı performans ile güreşçilerin ADE I/D gen polimorfizmi ve güreşçilerin VO_{2max} seviyeleri arasında önemli bir fark tespit edilmemiştir. Benzer çalışmaların diğer güç-odaklı spor dallarıyla yapılması önerilir.

KAYNAKLAR

Alvarez R., Terrados N., Ortolano R., Iglesias-Cubero G., Reguero J.R., Batalla A., Cortina A., Fernandez-Garcia B., Rodriguez C., Braga S., Alvarez V., Coto E. (2000). Genetic variation in the renin-angiotensin system and athletic performance. *European Journal of Applied Physiology*, 82, 117-120.

- Bray M.S., Hagberg J.M., Pérusse L., Rankinen T., Roth S.M., Wolfarth B., Bouchard C. (2009). The human gene map for performance and health-related fitness phenotypes: the 2006-2007 update. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 41(1), 35-73.
- Bouchard C., Daw E.W., Rice T., Pérusse L., Gagnon J., Province M.A., Leon A.S., Rao D.C., Skinner J.S., Wilmore J.H. (1998). Familial resemblance for VO₂max in the sedentary state: the HERITAGE family study. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 30(2), 252-258.
- Bouchard C., Malina R.M. (1983). Genetics of physiological fitness and motor performance. *Exercise and Sport Sciences Reviews*, 11, 306-309.
- Bouchard C., Rankinen T. (2001). Individual differences in the response to regular exercise. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 33(6), 446-451.
- Cieszczyk P., Krupecki K., Maciejewska A., Sawczuk M. (2009). The angiotensin converting enzyme gene I/D polymorphism in polish rowers. *International Journal Sports Medicine*, 30, 624-627.
- Costa A.M., Silva A.J., Garrido N.D., Louro H., de Oliveira R.J., Breitenfeld L. (2009). Association between ACE D allele and elite short distance swimming. *European Journal of Applied Physiology*, 106, 785-790.
- Costill D., Fink W.J., Pollock M.L. (1976). Muscle fiber composition and enzyme activities of elite distance runners. *Medicine and Science in Sports*, 8, 96-100.
- Danser A.H., Schalekamp M.A., Bax W.A., van den Brink A.M., Saxena P.R., Riegger G.A., Schunkert H. (1995). Angiotensin converting enzyme in the human heart: effect of the deletion/insertion polymorphism. *Circulation*, 92, 1387-1388.
- De Moor M.H., Spector T.D., Cherkas L.F., Falchi M., Hottenga J.J., Boomsma D.I., De Geus E.J. (2007). Genome-wide linkage scan for athlete status in 700 British female DZ twin pairs. *Twin Research and Human Genetics*, 10(6), 812-820.
- di Prampero P.E. (2003). Factors limiting maximal performance in humans. *European Journal of Applied Physiology*, 90, 420-429.
- Druzhevskaya A.M., Ahmetov I., Astratenkova I.V., Rogozkin V.A. (2008). Association of the ACTN3 R577X polymorphism with power athlete status in Russians. *European Journal of Applied Physiology*, 103, 631634.
- Eider J., Cieszczyk P., Ficek K., Leonska-Duniec A., Sawczuk M., Maciejewska-Karlowisk A., Zarebska, A. (2013). The association between D allele of the ACE gene and power performance in Polish elite athletes. *Science & Sports*, 28, 325-330.
- Fagard R., Bielen E., Amery A. (1991). Heritability of aerobic power and anaerobic energy generation during exercise. *Journal of Applied Physiology* (1985), 70, 357-362.
- Folland J., Leach B., Little T., Hawker K. (2000). Angiotensin-converting enzyme genotype affects the response of human skeletal muscle to functional overload. *Experimental Physiology*, 85, 575-579.
- Gayagay G., Yu B., Hambly B., Boston T., Hahn A., Celermajer D.S. (1998). Elite endurance athletes and the ACE I allele-the role of genes in athletic performance. *Human Genetics*, 103, 48-50.
- Grealy R., Herruer J., Smith C.L., Hiller D., Haseler L.J., Griffiths L.R. (2015). Evaluation of a 7- gene genetic profile for athletic endurance phenotype in Ironman championship triathletes. *PloS One*;10(12):e0145171.
- Guth L.M., Roth S.M. (2013). Genetic influence on athletic performance. *Current Opinion Pediatrics*, 25(6), 653-658.
- Hagberg J.M., Ferrell R.E., McCole S.D., Wilund K.R., Moore G.E. (1998). V_{O2} max is associated with ACE genotype in postmenopausal women. *Journal of Applied Physiology*, 85, 1842-1846.

- Jones A., Montgomery H.E., Woods D.R. (2002). Human performance: A role for the ACE genotype? *Exercise and Sport Sciences Reviews*, 30, 184-190.
- Joyner M.J., Coyle, E. F. (2008). Endurance exercise performance: the physiology of champions. *The Journal of Physiology*, 586, 35-44.
- Kasikcioglu, E., Kayserilioglu A., Ciloglu F., Akhan H., Oflaz H., Yildiz S., Peker I. (2004). Angiotensin converting enzyme gene polymorphism, left ventricular remodeling, and exercise capacity in strength-trained athletes. *Heart and Vessels*, 19, 287-293.
- Kikuchi N., Min S., Ueda D., Igawa S., Nakazato K. (2012). Higher frequency of the ACTN3 R allele + ACE DD genotype in Japanese elite wrestlers. *The Journal of Strength and Conditioning Research*, 26(12), 3275-3280.
- Kim C.H., Cho J.Y., Jeon J.Y., Koh Y.G., Kim Y.M., Kim H.J., Park M., Um H.S., Kim C. (2010). ACE DD genotype is unfavorable to Korean short-term muscle power athletes. *International Journal of Sports Medicine*, 31(1), 65-71.
- Kothari S.T., Chheda P., Chatterjee L., Das B.R. (2012). Molecular analysis of genetic variation in angiotensin I-converting enzyme identifies no association with sporting ability: First report from Indian population. *Indian Journal of Human Genetics*, 18, 62-65.
- Kurtuluş M., Günay M., Çetin E., Çelenk Ç., Cicioğlu I., Alp E., Yirmibeş Karaoğuz M., Kesici T. (2018). Elit Türk sporcularında anjiotensin dönüştürücü enzim (I/D) polimorfizmi ile sportif performans arasındaki ilişkinin incelenmesi. *DergiPark, Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(4), 122-137.
- Levine B.D. (2008). VO₂,max: what do we know, and what do we still need to know? *The Journal of Physiology*, 586.1, 25-34.
- Lindpaintner K., Pfeiffer M.A., Kreut, R., Stampfer M.J., Grodstein F., LaMotte F., Buring J., Hennekens C.H. (1995). Prospective evaluation of an angiotensin-converting-enzyme gene polymorphism and the risk of ischemic heart disease. *New England Journal of Medicine*, 332, 706-711.
- Lucia A., Moran M., Zihong H., Ruiz J. R. (2010). Elite athletes: are the genes the champions? *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 5, 98-102.
- Macarthur D.G., North K.N. (2005). Genes and human elite athletic performance. *Human Genetics*, 116, 331-339.
- Mattei M.G., Hubert C., Alhenc-Gelas F., Roeckel N., Corvol P., Soubrier F. (1989). Angiotensin I converting enzyme gene is on chromosome 17. *Cytogenetics and Cell Genetics*, 51, 1041-1045.
- Min S.K., Takahashi K., Ishigami H., Hiranuma K., Mizuno M., Ishii T., Kim CS, Nakazato K. (2009). Is there a gender difference between ACE gene and race distance? *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 34, 926-32.
- Myerson S., Hemingway H., Budget R., Martin J., Humphries S., Montgomery H. (1999). Human angiotensin I-converting enzyme gene and endurance performance. *Journal of Applied Physiology*, 87, 1313-1316.
- Nagashima J., Musha H., Takada H., Awaya T., Oba H., Mori N., Ohmiya K., Nobuoka S., Murayama M. (2000). Influence of angiotensin-converting enzyme gene polymorphism on development of athlete's heart. *Clinical Cardiology*, 23, 621-624. [10.1002/clc.4960230814](https://doi.org/10.1002/clc.4960230814)
- Nazarov I.B., Woods D.R., Montgomery H.E., Shneider O.V., Kazakov V.I., Tomilin N.V., Rogozkin V.A. (2001). The angiotensin converting enzyme I/D polymorphism in Russian athletes. *European Journal of Human Genetics*, 9, 797-801.

Orysiak J., Zmijewski P., Klusiewicz A., Kaliszewski P., Malczewska-Lenczowska J., Gajewski J., Pokrywka A. (2013). The association between ace gene variation and aerobic capacity in winter endurance disciplines. *Biology of Sport*, 30, 249-253.

Ostrander E.A, Huson H.J., Ostrander G.K. (2009). Genetics of athletic performance. *Annual Review of Genomics and Human Genetics*, 10, 407-429.

Polat M., Süer C., Can Y., Koca F. (2005). Alp kayağına yönelik alan testleri ile büyük slalom performans zamanı arasındaki ilişki. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi (Gazi BESBD)*, X, 4, 41-48.

Puthuchery Z., Skipworth J.R.A., Rawal J., Loosemore M., Someren K.V., Montgomery H.E. (2011). Genetic influences in sport and physical performance. *Sports Medicine*, 41(10), 845-59.

Rankinen T., Perusse L., Gagnon J., Chagnon Y.C., Leon A.S., Skinner J.S., Wilmore J.H., Rao D.C., Bouchard C. (2000-a) Angiotensin-converting enzyme ID polymorphism & fitness phenotype in the HERITAGE Family Study. *Journal of Applied Physiology*, 88, 1029-1035.

Rankinen T., Wolfarth B., Simoneau J.A., Maier-Lenz D., Rauramaa R., Rivera M.A., Boulay M.R., Chagnon Y.C., Pérusse L., Keul J., Bouchard C. (2000-b). No association between the angiotensin-converting enzyme ID polymorphism and elite endurance athlete status. *Journal of Applied Physiology*, 88, 1571-1575.

Ribas M.R., Netto Z.C.O., Salgueirosa F., Fernandes P., Matos O., Bassan J.C. (2017). Association of ACTN3 R577X and ACE I/D polymorphisms in Brazilians wrestlers. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 23(6), 469-472.

Rigat B., Hubert C., Alhenc-Gelas F., Cambien F., Corvol P., Soubrier F. (1990). An insertion/deletion polymorphism in the angiotensin I-converting enzyme gene accounting for half the variance of serum enzyme levels. *Journal of Clinical Investigation*, 86, 1343-1346.

Rigat B., Hubert C., Corvol P., Soubrier F. (1992). PCR detection of the insertion/deletion of the human angiotensin converting enzyme gene (DCP1) (Dipeptidyl Carboxypeptidase 1). *Nucleic Acids Research*, 20, 1433.

Roberts A.D., Billeter R., Howald H. (1982). Anaerobic muscle enzyme changes after interval training. *International Journal of Sports Medicine*, 3(1), 18-21.

Sambrook J., Fritsch E.F., Maniatis T. (1989). *Molecular Cloning—A Laboratory Manual*. Cold Spring Harbor Laboratory Press, New York.

Simoneau J.A., Lortie G., Boulay M.R., Thibault M.C., Bouchard C. (1986). Repeatability of fibre type and enzyme activity measurements in human skeletal muscle. *Clinical Physiology*, 6(4), 347-356.

Sonna L.A., Sharp M.A., Knapik J.J., Cullivan M., Angel K.C., Patton J.F., Lilly C.M. (2001). Angiotensin-converting enzyme genotype and physical performance during US Army basic training. *Journal of Applied Physiology (1985)*, 91(3), 1355-1363.

Tural E., Kara N., Agaoglu S.A., Elbistan M., Tasmektepligil M.Y., Imamoglu O. (2014). PPAR- α and PPARGC1A gene variants have strong effects on aerobic performance of Turkish elite endurance athletes. *Molecular Biology Reports*, 41(9), 5799-5804.

Zhao B., Mochhala S.M., Tham S., Lu J., Chia M., Byrne C., Hu Q., Lee L.K. (2003). Relationship between angiotensin-converting enzyme ID polymorphism and VO₂max of Chinese males. *Life Sciences*, 73, 2625-2630.

Znazen H., Mejri A., Touhami I., Chtara M., Siala H., Le Gallais D., Ahmetov I.I., Messaoud T., Chamari K., Soussi N. (2016). Genetic advantageous predisposition of angiotensin converting enzyme id polymorphism in Tunisian athletes. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 56, 724-730.

Woods D., Hickman M., Jamshidi Y., Brull D., Vassiliou V., Jones A., Humphries S., Montgomery H. (2001). Elite swimmers and the D allele of the ACE I/D polymorphism. *Human Genetics*, 108, 230-232.

Melahat KURTULUŞ – Orcid ID: 0000-0002-4950-2242
Mehmet GÜNAY – Orcid ID: 0000-0003-0047-2203
Çağrı ÇELENK – Orcid ID: 0000-0003-2448-3011
İbrahim CİCİOĞLU – Orcid ID: 0000-0002-2451-5295
Tahsin KESİCİ – Orcid ID: 0000-0002-7721-6390

Geliş Tarihi (Received): 18.09.2019
Kabul Tarihi (Accepted): 05.12.2019
SPORMETRE, 2019,17(4),285-295
DOI: 10.33689/spormetre.621711

GÜREŞ HAKEMLERİNİN ÖRGÜTSEL SINIZM TUTUMLARININ İNCELENMESİ

Süleyman ŞAHİN¹, Akın ÇELİK², Ünsal ALTINIŞIK²

¹Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bursa

²Trabzon Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Trabzon

Öz: Bu araştırma güreş hakemlerinin örgütsel sinizm tutumlarını bazı değişkenler açısından incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırma tarama modelleri içinde yer alan betimsel tarama türünde bir araştırmadır. Araştırma grubunu Türkiye’de ve Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti’nde güreş hakemliği görevinde bulunan toplam 148 kişi oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, araştırmacılar tarafından oluşturulan “Kişisel Bilgi Formu” ile Brandes ve ark., (1999) tarafından geliştirilen, Kalağan (2009) tarafından Türkçe’ye uyarlanan “Örgütsel Sinizm Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırmanın bağımlı değişkenini örgütsel sinizm tutumu, bağımsız değişkenlerini ise cinsiyet, yaş, eğitim durumu, medeni durum, aylık gelir, hakemlik kategorisi ve hakemlik süresi oluşturmaktadır. Veri toplama süreci sonucunda elde edilen bulgular bilgisayar ortamına aktarılmış, verilerin çözüm ve yorumlanmasında betimsel istatistikler (frekans, aritmetik ortalama, standart sapma), t-testi ve tek faktörlü varyans analizi (One-Way ANOVA) kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda ölçek bütününden alınan puanlar ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir ilişki görülmüştür. Yaş değişkeni ile ölçeğin duyuşsal alt boyutundan alınan puanlar arasında bir farklılık tespit edilmiştir. Hakemlik süresi değişkeni ile ölçeğin duyuşsal alt boyutundan alınan puanlar arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Eğitim düzeyi, medeni durum, aylık gelir ve hakemlik kategorisi değişkenleri ile ölçek toplamı ve alt boyutlarından alınan puanlar arasında anlamlı bir farklılaşmaya rastlanmamıştır.

Anahtar Sözcükler: Sinizm, Örgütsel Sinizm, Güreş Hakemi

EXAMINATION OF WRESTLING REFEREES' ORGANIZATIONAL CYNICISM ATTITUDES

Abstract: The goal of the current research is to examine the organizational cynicism attitudes of wrestling referees in terms of some variables. The study used descriptive survey research design. The current study participants consisted of 148 wrestling referees in Turkey and the Turkish Republic of Northern Cyprus. As a data collection instruments, we used personal information form which was designed by the researchers and organizational cynicism scale, developed by Brandes et al., (1999) and adapted to Turkish culture by Kalağan (2009). The dependent variable of the study is organizational cynicism attitude and independent variables are gender, age, education level, marital status, monthly income, referee category and referee period. As a result of the data collection process, the obtained data were transferred to computer, descriptive statistics (frequency, arithmetic mean, standard deviation), t-test and one-way ANOVA were used in the analysis and interpretation of the data. The current research findings showed a significant relationship between the scores obtained from the whole scale and the gender variable. A difference was found between the age variable and the scores obtained from the affective subscale of the scale. A significant relationship was found between the arbitration time variable and the scores obtained from the affective subscale of the scale. No significant differences were found between the variables of education level, marital status, monthly income and arbitration category, and the scores obtained from the scale total and sub-dimensions.

Keywords: Cynicism, Organizational Cynicism, Wrestling Referee

GİRİŞ

Günümüzdeki teknolojik gelişmeler, iletişim alanındaki kolaylıklar ve dünyadaki nüfus artışıyla beraber sınırların ortadan kalktığı küreselleşen dünyada örgütler, işletmeler ve kurumlar faaliyetlerini kusursuz bir biçimde yürütmeleri ve hayatta kalabilmeleri için yapılarında ve işleyişlerinde günümüz şartlarına ayak uydurmaları gerekmektedir. Bundan dolayı örgütler, modern teknolojiyi ve teknik çalışmaları yakından takip etmelerinin yanı sıra

en değerli kaynaklarından birisi olan insan unsuruna da gereken değeri göstermeleri gerekmektedir. Örgütlerde görevine devam eden personelin istek ve ihtiyaçlarının örgütteki yöneticiler tarafından fark edilip yerine getirilmesi örgütün varlığı için büyük bir önem arz etmektedir. Çünkü personelin beklenti, istek ve ihtiyaçlarına dönütte bulunmak iş yerindeki motivasyon seviyesini artırıp çalışanların verimliliklerini yükseltir (Bedük, 2011). Çalışanların bu tür isteklerinin yerine getirilmediğine dair bir düşünceye sahip olması, olumsuz bir adalet algısına sebebiyet vermektedir. Çalışanlarda oluşan bu hayal kırıklığı bireylerin bağlı buldukları örgütlere karşı tutum ve davranışlarına da yansıtılabilmektedir (Akt. Mavibaş, 2017).

Sinizizm günümüzde birbirinden farklı alanyazında var olan ve oldukça kapsamlı kullanılan bir kavramdır (Erdost, Karacaoğlu ve Reyhanoğlu, 2007). Andersson, sinizmi genel olarak özel bir tavır, hüsrana, umutsuzluk ve hayal kırıklığının yanı sıra bir kişiye, gruba, ideolojiye veya kuruma güvensizlik olarak ifade etmektedir (Andersson, 1996). Sinizm, kişilerin özellikle açığa çıkarılmamış gizli hedefleri doğrultusunda kendi çıkarlarını korumaları ve bu hedefleri hayata geçirmek adına farklı bireylerle ilgilenmeleri ve işleri idare etmeleri olarak tanımlanmaktadır. Bir diğer ifadeyle karşı taraftaki insanı küçük gören, utanç, sıkıntı vb. duygusal durumları ve yüksek seviyede negatif duyguları harekete geçiren bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır (Dean, 1998). Sinizm, bireysel ya da örgütsel özelliklerden kaynaklanmaktadır. Bu doğrultuda karşımıza örgütsel sinizm kavramı çıkmaktadır (Kalağan ve Güzeller, 2010).

Örgütsel sinizm bireylerin sahip olduğu negatif duygu ve düşüncelerle ait olduğu örgüte yönelik tutumları ile ilgili olup, toplumsal etkenler ve değişimler sonucunda meydana gelen bir kavram olarak tanımlanmaktadır (Genç, 2002). Ayrıca, bireylerin bağlı bulunduğu örgütlerin ahlaki değerlerden yoksun olduğu ve adalet, samimiyet ve dürüstlük gibi kavramların örgüt çıkarları için hiçe sayıldığı yönündeki inançlar olarak ifade edilmektedir (Bernert, Armenakis, Feild ve Walker, 2007). Diğer bir tanıma göre örgütsel sinizm, bireyin içinde bulunduğu kurumun adil olmadığına yönelik inanç ve buna bağlı olarak ortaya çıkan güvensizlik duygusu sonucunda hayat bulan; davranışsal, bilişsel ve duyuşsal boyutları bünyesinde barındıran karmaşık bir yapıya sahip tutumdur (Yazıcıoğlu, 2019).

Dünya tarihinin en köklü spor branşlarından biri olan güreş, karşılıklı olarak iki bireyin herhangi bir malzeme ve araç olmadan birtakım kurallar ışığında ve belirli bir alan üzerinde tüm psikolojik ve fizyolojik güçlerini harekete geçirerek birbirlerinin sırtını yere getirme ya da teknik üstünlük sağlama adına yapmış oldukları mücadeledir (Açak, 2005). Dinamik ve kısa bir süre diliminde birçok hareket çeşitliliğinin olduğu güreş müsabakasında en doğru ve isabetli kararları vererek yönetmek hakem heyetinin görevidir. Herhangi bir güreş müsabakasının seyrini etkileyen en önemli unsurlardan birisi hakemdir. Bu yüzden güreş hakemliği zor ve üstün meziyetler gerektiren bir meslektir (Erdem, 2015).

Bu bilgiler ışığında araştırma; güreş hakemlerinin sinizm tutumlarını belirlemek amacıyla yapılmıştır. Ayrıca araştırmada cinsiyet, yaş, eğitim durumu, medeni durum, aylık gelir, hakemlik kategorisi ve hakemlik süresi gibi değişkenlerin güreş hakemlerinin örgütsel sinizm tutumlarını etkileyip etkilemediğini ortaya koymak amaçlanmıştır. Araştırmanın ileride yapılacak olan çalışmalara yol gösterici nitelikte olacağı düşünülmüş ve literatürdeki bilgi eksikliklerini gidermek açısından önemli görülmüştür.

YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde araştırmanın deseni, araştırma grubu, veri toplama araçları ve verilerin analizi başlıklarına yer verilmiştir.

Araştırmanın Deseni

Güreş hakemlerinin örgütsel sinizm tutumlarının incelendiği bu çalışma betimsel bir nitelik taşımakta olup tarama modeline göre gerçekleştirilmektedir. Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları herhangi bir şekilde değiştirme ve etkileme çabası gösterilmez. Önemli olan, bilinmek istenen olguyu uygun bir biçimde gözleyip belirleyebilmektir (Karasar, 2005).

Araştırma Grubu

Araştırma, 2019 yılında Türkiye’de ve Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti’nde faal olarak görevine devam eden 10 (% 6.8)’u kadın ve 138 (% 93.2)’i erkek olmak üzere toplam 148 güreş hakemi üzerinde gerçekleştirilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama araçları olarak, “Kişisel Bilgi Formu” ve “Örgütsel Sinizm Ölçeği” kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmaya konu olan güreş hakemlerinin örgütsel sinizm tutumları hakkında bilgi toplamak amacıyla araştırmacılar tarafından oluşturulan “Kişisel Bilgi Formu” hazırlanmıştır. Bu form; katılımcıların cinsiyet, yaş, eğitim durumu, medeni durum, aylık gelir, hakemlik kategorisi ve hakemlik süresi gibi bağımsız değişkenleri içermektedir.

Örgütsel Sinizm Ölçeği: Güreş hakemlerinin örgütsel sinizm seviyesini belirlemek adına Brandes ve ark., (1999) tarafından geliştirilen, Kalağan (2009) tarafından Türkçe’ye uyarlanan örgütsel sinizm ölçeği tercih edilmiştir. Örgütsel sinizm ölçeği bilişsel, duyuşsal ve davranışsal olarak isimlendirilen üç boyuttan ve 13 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğe verilen cevaplar tamamen katılıyorum’dan, hiç katılmıyorum’a doğru olup ölçek beşli likert tipindedir. Brandes ve ark., (1999) örgütsel sinizm ölçeğinin Cronbach Alpha ile belirlenen iç güvenilirlik değerlerini sırasıyla .86, .80, .84 olarak hesaplamışlardır. Kalağan (2009) tarafından ölçek uyarlama sürecinde gerçekleştirilen açımlayıcı faktör analizi sonucunda, 5 maddeden meydana gelen bilişsel alt boyutunun madde yüklerinin .763 ile .819 arasında olduğu tespit edilmiştir. Bu boyutun açıkladığı varyans oranı yüzde 29.1 olarak tespit edilmiştir. Duyuşsal alt boyut 4 maddeden oluşmakta olup madde yük değerlerinin .737 ile .885 arasında olduğu tespit edilmiştir. Bu boyutun açıkladığı varyans oranı yüzde 27.2 olarak tespit edilmiştir. Davranışsal alt boyutta ise 4 madde bulunmakta olup madde yük değerlerinin .668 ile .895 arasında olduğu bulunmuştur. Davranışsal alt boyutunun açıkladığı varyans oranı ise yüzde 22.4 olarak bulunmuştur.

Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında Kişisel Bilgi Formu ve Örgütsel Sinizm Ölçeği’nden elde edilen veriler için yapılan istatistiksel analizler, SPSS 23.0 istatistik paket programı aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde istatistiki yöntem olarak; betimsel istatistikler (frekans, aritmetik ortalama, standart sapma), t testi ve tek faktörlü varyans analizi (One Way Anova) testleri kullanılmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Örgütsel Sinizm Ölçeği Puanlarının Dağılımı

| Boyutlar | Madde Sayısı | n | Ort | Ss | Çarpıklık | Basıklık | Min | Max |
|----------------|--------------|-----|------|------|-----------|----------|------|------|
| Bilişsel | 5 | 148 | 4.04 | 0.70 | -0.69 | 0.18 | 2.00 | 5.00 |
| Duyuşsal | 4 | 148 | 2.03 | 1.03 | 0.94 | 0.22 | 1.00 | 5.00 |
| Davranışsal | 4 | 148 | 2.64 | 0.86 | 0.06 | -0.35 | 1.00 | 5.00 |
| Ölçek (Toplam) | 13 | 148 | 2.63 | 0.74 | 0.37 | -0.06 | 1.00 | 5.00 |

Tablo 1’deki bulgulara göre, katılımcıların Örgütsel Sinizm Ölçeği geneli ile *Bilişsel*, *Duyuşsal* ve *Davranışsal* alt boyutlarından elde edilen ortalama puanlar ve standart sapma değerleri sırasıyla 2.63 ± 0.74 ; 4.04 ± 0.70 ; 2.03 ± 1.03 ; 2.64 ± 0.86 ’dır. Araştırmada kullanılan ölçme aracından ve alt boyutlarından elde edilen puanların çarpıklık ve basıklık değerlerine bakıldığında verilerin normal dağıldığı söylenebilir (Tablo 1). Bu doğrultuda verilerin analizinde parametrik testler kullanılmıştır.

Tablo 2. Örgütsel Sinizm Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Analiz Etmek Amacıyla Yapılan t Testi Sonuçları

| Boyutlar | Cinsiyet | n | Ort | Ss | Sd | t | p |
|----------------|----------|-----|------|------|-----|-------|--------------|
| Bilişsel | Erkek | 138 | 4.05 | 0.71 | 146 | 0.396 | 0.69 |
| | Kadın | 10 | 3.96 | 0.69 | | | |
| Duyuşsal | Erkek | 138 | 2.06 | 1.01 | 146 | 1.292 | 0.19 |
| | Kadın | 10 | 1.62 | 1.33 | | | |
| Davranışsal | Erkek | 138 | 2.68 | 0.84 | 146 | 1.809 | 0.07 |
| | Kadın | 10 | 2.17 | 0.97 | | | |
| Ölçek (Toplam) | Erkek | 138 | 2.66 | 0.70 | 146 | 2.448 | 0.01* |
| | Kadın | 10 | 2.08 | 1.07 | | | |

Analizler, katılımcıların cinsiyetine göre *Bilişsel* ($t= 0.396$, $p>0.05$), *Duyuşsal* ($t= 1.292$, $p>0.05$) ve *Davranışsal* ($t= 1.809$, $p>0.05$) alt boyutlardan elde edilen puanların anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir. Ancak Örgütsel Sinizm Ölçeği ($t= 2.448$, $p<0.05$) genelinden alınan puanların cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Ölçek genelinde erkeklerin ($X= 2.66$) kadınlara ($X= 2.08$) oranla puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 3. Örgütsel Sinizm Ölçeği Puanlarının Yaşa Göre Farklılaşma Durumunu Tespit Etmek Amacıyla Yapılan ANOVA Sonuçları

| Boyutlar | Faktör | KT | sd | KO | F | p | AF |
|----------------|---------------|---------|-----|-------|-------|--------------|----|
| Bilişsel | Gruplar arası | ,042 | 3 | ,014 | ,027 | 0.99 | |
| | Gruplar içi | 73.885 | 144 | ,513 | | | |
| | Toplam | 73.928 | 147 | | | | |
| Duyuşsal | Gruplar arası | 10.065 | 3 | 3.355 | 3.256 | 0.02* | |
| | Gruplar içi | 148.391 | 144 | 1.030 | | | |
| | Toplam | 158.456 | 147 | | | | |
| Davranışsal | Gruplar arası | 5.763 | 3 | 1.921 | 2.674 | 0.06 | |
| | Gruplar içi | 103.467 | 144 | ,719 | | | |
| | Toplam | 109.230 | 147 | | | | |
| Ölçek (Toplam) | Gruplar arası | 3.735 | 3 | 1.245 | 2.320 | 0.07 | |
| | Gruplar içi | 77.270 | 144 | ,537 | | | |

| | | | |
|------------------------|--|--------|-----|
| | Toplam | 81.005 | 147 |
| AF: Anlamli farklılık, | Gruplar: 1: 25 yaş ve altı, 2: 26-35 yaş, 3: 36-44 yaş, 4: 45 yaş ve üzeri | | |

Analizler, katılımcıların yaşa göre Örgütsel Sinizm Ölçeği ($F_{3,144} = 2.320$, $p > 0.05$) ile *Bilişsel* ($F_{3,144} = 0.027$, $p > 0.05$) ve *Davranışsal* ($F_{3,144} = 2.674$, $p > 0.05$) alt boyutlarından elde edilen puanların anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir. Ancak ölçeğin *Duyuşsal* ($F_{3,144} = 3.256$, $p < 0.05$) alt boyutundan alınan puanların yaşa göre anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Gruplar arasındaki farkın nereden kaynaklandığını test etmek için yapılan Scheffe testi sonuçlarına göre 25 yaş ve altı grubun puanlarının (Ort. = 1.30, Ss = 0.44) 36-44 yaş arası (Ort. = 2.17, Ss = 1.06) ve 45 yaş ve üzeri grubun puanlarına göre (Ort. = 2.35, Ss = 1.11) anlamlı bir şekilde farklılaştığı tespit edilmiştir.

Tablo 4. Örgütsel Sinizm Ölçeği Puanlarının Eğitim Düzeyine Göre Farklılaşma Durumunu Tespit Etmek Amacıyla Yapılan ANOVA Sonuçları

| Boyutlar | Faktör | KT | sd | KO | F | p | AF |
|-----------------------|---------------|---------|-----|-------|-------|------|----|
| Bilişsel | Gruplar arası | 1.218 | 3 | ,406 | ,804 | 0.49 | |
| | Gruplar içi | 72.709 | 144 | ,505 | | | |
| | Toplam | 73.928 | 147 | | | | |
| Duyuşsal | Gruplar arası | 3.637 | 3 | 1.212 | 1.128 | 0.34 | |
| | Gruplar içi | 154.819 | 144 | 1.075 | | | |
| | Toplam | 158,456 | 147 | | | | |
| Davranışsal | Gruplar arası | ,794 | 3 | ,265 | ,351 | 0.78 | |
| | Gruplar içi | 108.436 | 144 | ,753 | | | |
| | Toplam | 109.230 | 147 | | | | |
| Ölçek (Toplam) | Gruplar arası | ,443 | 3 | ,148 | ,264 | 0.85 | |
| | Gruplar içi | 80.563 | 144 | ,559 | | | |
| | Toplam | 81.005 | 147 | | | | |

AF: Anlamli farklılık, Gruplar: 1: Lise ve altı, 2: Ön Lisans, 3: Lisans, 4: Lisansüstü

Analizler, katılımcıların eğitim durumuna göre Örgütsel Sinizm Ölçeği ($F_{3,144} = 0,264$, $p > 0.05$) ile *Bilişsel* ($F_{3,144} = 0.804$, $p > 0.05$), *Duyuşsal* ($F_{3,144} = 1.128$, $p > 0.05$) ve *Davranışsal* ($F_{3,144} = 0.351$, $p > 0.05$) alt boyutlarından elde edilen puanların anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir.

Tablo 5. Örgütsel Sinizm Ölçeği Puanlarının Medeni Duruma Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Analiz Etmek Amacıyla Yapılan t Testi Sonuçları

| Boyutlar | Medeni Durum | n | Ort | Ss | Sd | t | p |
|-----------------------|--------------|-----|------|------|-----|--------|------|
| Bilişsel | Bekar | 31 | 3.92 | 0.70 | 146 | -1.033 | 0.30 |
| | Evli | 117 | 4.07 | 0.71 | | | |
| Duyuşsal | Bekar | 31 | 1.70 | 0.85 | 146 | -1.974 | 0.06 |
| | Evli | 117 | 2.11 | 1.06 | | | |
| Davranışsal | Bekar | 31 | 2.54 | 0.76 | 146 | -0.719 | 0.47 |
| | Evli | 117 | 2.67 | 0.88 | | | |
| Ölçek (Toplam) | Bekar | 31 | 2.41 | 0.67 | 146 | -1.835 | 0.06 |
| | Evli | 117 | 2.68 | 0.75 | | | |

Analizler, katılımcıların medeni durum değişkenine göre Örgütsel Sinizm Ölçeği ($t = -1.835$, $p > 0.05$) ile *Bilişsel* ($t = -1.033$, $p > 0.05$), *Duyuşsal* ($t = -1.974$, $p > 0.05$) ve *Davranışsal* ($t = -0.719$, $p > 0.05$) alt boyutlarından elde edilen puanların anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir.

Tablo 6. Örgütsel Sinizm Ölçeği Puanlarının Aylık Gelire Göre Farklılaşma Durumunu Tespit Etmek Amacıyla Yapılan ANOVA Sonuçları

| Boyutlar | Faktör | KT | sd | KO | F | p | AF |
|----------------|---------------|---------|-----|-------|------|------|----|
| Bilişsel | Gruplar arası | ,997 | 3 | ,326 | ,643 | 0.58 | |
| | Gruplar içi | 72.950 | 144 | ,507 | | | |
| | Toplam | 73.928 | 147 | | | | |
| Duyuşsal | Gruplar arası | ,265 | 3 | ,088 | ,080 | 0.97 | |
| | Gruplar içi | 158.191 | 144 | 1.099 | | | |
| | Toplam | 158,456 | 147 | | | | |
| Davranışsal | Gruplar arası | 1.558 | 3 | ,519 | ,694 | 0.55 | |
| | Gruplar içi | 107.672 | 144 | ,748 | | | |
| | Toplam | 109.230 | 147 | | | | |
| Ölçek (Toplam) | Gruplar arası | ,077 | 3 | ,026 | ,045 | 0.98 | |
| | Gruplar içi | 80.929 | 144 | ,562 | | | |
| | Toplam | 81.005 | 147 | | | | |

AF: Anlamlı farklılık, Gruplar: 1: 1601 TL ve altı, 2: 1602- 3200 TL, 3: 3201 - 4800TL, 4: 4801 TL ve üzeri

Analizler, katılımcıların aylık gelir durumuna göre Örgütsel Sinizm Ölçeği ($F_{3,144} = 0.045$, $p > 0.05$) ile *Bilişsel* ($F_{3,144} = 0.643$, $p > 0.05$), *Duyuşsal* ($F_{3,144} = 0.080$, $p > 0.05$) ve *Davranışsal* ($F_{3,144} = 0.694$, $p > 0.05$) alt boyutlarından elde edilen puanların anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir.

Tablo 7. Örgütsel Sinizm Ölçeği Puanlarının Hakemlik Kategorisine Göre Farklılaşma Durumunu Tespit Etmek Amacıyla Yapılan ANOVA Sonuçları

| Boyutlar | Faktör | KT | sd | KO | F | p | AF |
|----------------|---------------|---------|-----|-------|------|------|----|
| Bilişsel | Gruplar arası | ,773 | 3 | ,258 | ,507 | 0.67 | |
| | Gruplar içi | 73.155 | 144 | ,508 | | | |
| | Toplam | 73.928 | 147 | | | | |
| Duyuşsal | Gruplar arası | 2.673 | 3 | ,891 | ,824 | 0.48 | |
| | Gruplar içi | 155.783 | 144 | 1.082 | | | |
| | Toplam | 158,456 | 147 | | | | |
| Davranışsal | Gruplar arası | ,519 | 3 | ,173 | ,229 | 0.87 | |
| | Gruplar içi | 108.711 | 144 | ,755 | | | |
| | Toplam | 109.230 | 147 | | | | |
| Ölçek (Toplam) | Gruplar arası | ,739 | 3 | ,246 | ,442 | 0.72 | |
| | Gruplar içi | 80.266 | 144 | ,557 | | | |
| | Toplam | 81.005 | 147 | | | | |

AF: Anlamlı farklılık, Gruplar: 1: Milli, 2: Uluslararası I., 3: Uluslararası II., 4: I-S, 5: Uluslararası III., 6: Instructor
 Analizler, katılımcıların hakemlik kategorisine göre Örgütsel Sinizm Ölçeği ($F_{3,144} = 0,442$, $p > 0.05$) ile *Bilişsel* ($F_{3,144} = 0.507$, $p > 0.05$), *Duyuşsal* ($F_{3,144} = 0.824$, $p > 0.05$) ve *Davranışsal*

($F_{3,144} = 0.229$, $p > 0.05$) alt boyutlarından elde edilen puanların anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir.

Tablo 8. Örgütsel Sinizm Ölçeği Puanlarının Hakemlik Süresine Göre Farklılaşma Durumunu Tespit Etmek Amacıyla Yapılan ANOVA Sonuçları

| Boyutlar | Faktör | KT | sd | KO | F | p | AF |
|----------------|---------------|---------|-----|-------|-------|--------------|--------------|
| Bilişsel | Gruplar arası | ,640 | 3 | ,213 | ,419 | 0.74 | |
| | Gruplar içi | 73.288 | 144 | ,509 | | | |
| | Toplam | 73.928 | 147 | | | | |
| Duyuşsal | Gruplar arası | 12.570 | 3 | 4.190 | 4.136 | 0.00* | 1-2,3 |
| | Gruplar içi | 145.886 | 144 | 1.013 | | | |
| | Toplam | 158,456 | 147 | | | | |
| Davranışsal | Gruplar arası | 2.326 | 3 | ,775 | 1.044 | 0.37 | |
| | Gruplar içi | 106.904 | 144 | ,742 | | | |
| | Toplam | 109.230 | 147 | | | | |
| Ölçek (Toplam) | Gruplar arası | 2.955 | 3 | ,985 | 1.817 | 0.14 | |
| | Gruplar içi | 78.050 | 144 | ,542 | | | |
| | Toplam | 81.005 | 147 | | | | |

AF: Anlamlı farklılık,

Gruplar: 1: 5 yıl ve altı, 2: 6-10 yıl, 3: 11-15 yıl, 4: 16 yıl ve üzeri

Analizler, katılımcıların hakemlik süresine göre Örgütsel Sinizm Ölçeği ($F_{3,144} = 1.817$, $p > 0.05$) ile *Bilişsel* ($F_{3,144} = 0.419$, $p > 0.05$) ve *Davranışsal* ($F_{3,144} = 1.044$, $p > 0.05$) alt boyutlarından elde edilen puanların anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir. Ancak ölçeğin *Duyuşsal* ($F_{3,144} = 4.136$, $p < 0.01$) alt boyutundan elde edilen puanlar anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Gruplar arasında farkın nereden kaynaklandığını tespit etmek amacıyla yapılan Scheffe testi sonuçlarına göre 5 yıl ve altında hakemlik yapan grubun puanlarının (Ort. = 1.49, $S_s = 0.81$) 6-10 yıl (Ort. = 2.19, $S_s = 1.20$) ve 11-15 yıl boyunca hakemlik yapan grubun puanlarına göre (Ort. = 2.22, $S_s = 0.96$) anlamlı bir biçimde farklılaştığı belirlenmiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada güreş hakemlerinin örgütsel sinizm tutumlarını cinsiyet, yaş, eğitim durumu, medeni durum, aylık gelir, hakemlik kategorisi ve hakemlik süresi gibi bağımsız değişkenler açısından incelemek amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda çalışmaya 148 güreş hakemi dâhil edilmiştir. Aşağıda araştırmanın amacı doğrultusunda elde edilen sonuçlara yer verilmiştir.

Güreş hakemlerinin ölçek bütünü ile bilişsel, duyuşsal ve davranışsal alt boyutlarından elde edilen ortalama puanlar ve standart sapma değerleri sırasıyla 2.63 ± 0.74 ; 4.04 ± 0.70 ; 2.03 ± 1.03 ; 2.64 ± 0.86 'dir (Tablo 1). Ölçek geneli ve tüm alt boyutları için puan aralığının 1 ve 5 arasında ve aynı zamanda ortalama değer 3 olduğu bilindiğinden ölçek geneli ile duyuşsal ve davranışsal alt boyutlardan alınan puanların ortalama olarak belirlenen değerin altında olduğu görülmektedir. Araştırma sonuçları alanyazındaki diğer araştırmaların sonuçları ile tutarlılık göstermektedir (Altınöz, Çöp ve Sığındı, 2011; Yıldız, 2013; Helvacı ve Çetin, 2012; Erdoğan ve Bedük, 2013; Kalağan, 2009). Ancak ölçeğin bilişsel alt boyutundan alınan puanın ortalama değer üzerinde olduğu görülmüştür. Literatür incelendiğinde Fitzgerald (2002)'in, Kasalak ve Aksu (2014)'nun, Özgan, Külekçi ve Özkan (2012)'in yaptığı çalışmalarda da benzer sonuç

ile karşılaşılmaktadır. Dolayısıyla araştırmamız neticesinde, spor örgütlerinde örgütsel sinizm durumunun azımsanmaması ve mevcut durumun iyileştirilmesi gerektiği söylenebilir.

Güreş hakemlerinin örgütsel sinizm tutumlarının farklı değişkenlere göre karşılaştırılması ile ilgili olarak; ölçeğin bilişsel, duyuşsal ve davranışsal alt boyutlarından alınan puanların cinsiyete göre anlamlı bir biçimde farklılaşmadığı görülmüştür. Ancak ölçek genelinden alınan puanlar ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Diğer bir ifadeyle ölçek genelinde erkek katılımcıların örgütsel sinizm tutumlarının daha yüksek olduğunu söyleyebiliriz. Literatür incelendiğinde benzer sonuçlarla karşılaşılmaktadır (Altınöz ve ark., 2011; Doğaç, 2017). Ayrıca alanyazı incelendiğinde cinsiyet değişkeni ile bilişsel, duyuşsal ve davranışsal alt boyutlardan alınan puanlar arasında farklılık görülmediği birçok çalışmaya rastlanmaktadır (Mavibaş, 2017; Aydın, 2017; Korkmaz, 2018; Gezer, 2018).

Güreş hakemlerinin örgütsel sinizm tutumlarının farklı değişkenlere göre karşılaştırılması ile ilgili olarak; ölçek geneli ile bilişsel ve davranışsal alt boyutlarından alınan puanların yaşa göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür. Ancak ölçeğin duyuşsal alt boyutundan alınan puanlar ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Diğer bir ifadeyle 25 yaş ve altı grubun puanlarının 35-44 yaş arası ve 45 yaş ve üzeri grubun puanlarından daha düşük olduğu görülmüştür. Bingöl'ün (2018) yapmış olduğu çalışmadaki bulgular araştırmamız sonucunda elde edilen bulguyu destekler niteliktedir. Bu durum, yaşça büyük olan bireylerin bağlı oldukları örgütlerdeki çalışma sürelerinin daha uzun olması ve örgütte meydana gelen her türlü zorluklarla daha sık karşılaşmış olmalarının bir sonucu olarak açıklanabilir.

Güreş hakemlerinin örgütsel sinizm tutumlarının farklı değişkenlere göre karşılaştırılması ile ilgili olarak; toplam ölçek ve alt boyutlarından alınan puanlar ile eğitim durumu değişkeni arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir. Elde edilen bulgu daha önce yapılan çalışmalarda da görülmektedir (Gezer, 2018; Uyar, 2018; Kartal, 2018; Tokgöz ve Yılmaz, 2008). Diğer taraftan elde edilen sonucun literatürde yer alan bazı çalışmalarla örtüşmediği gözlemlenmektedir (Erdost ve ark., 2007; Tükeltürk, Perçin ve Güzel, 2009). Bu bulgular ışığında örgütsel sinizm ve eğitim düzeyi arasındaki ilişkinin net bir biçimde kanıtlanamadığı söylenebilir.

Güreş hakemlerinin örgütsel sinizm tutumlarının farklı değişkenlere göre karşılaştırılması ile ilgili olarak; toplam ölçek ve alt boyutlarından alınan puanlar ile medeni durum değişkeni arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir. Literatür incelendiğinde benzer bulgulara rastlanmaktadır (Bulut, 2019; Mülayim, 2019; Tükeltürk ve ark., 2009). Diğer bir ifadeyle bekar olan güreş hakemleri ile evli olanların sinizm düzeylerinin benzer olduğu söylenebilir. Yapılan diğer çalışmalarda medeni durumun sinizm düzeyi ile ilişkisinin olduğu tespit edilmiştir. Delken' in (2004) yaptığı araştırmada bekar bireylerin evli olanlara göre daha yüksek düzeyde sinik tutumlar sergilediği, Kanter ve Mirvis (1989)'in yaptığı araştırmada ise eşinden ayrı yada boşanmış olan bireylerin evli ve bekar bireylere oranla daha yüksek seviyede sinik tutumlar sergilediği görülmektedir.

Güreş hakemlerinin örgütsel sinizm tutumlarının farklı değişkenlere göre karşılaştırılması ile ilgili olarak; ölçek geneli ve alt boyutlarından alınan puanlar ile aylık gelir durumu değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir. Bu sonuç Yavuz ve Bedük'ün (2016) yapmış olduğu araştırmadaki elde ettikleri bulguyu desteklemektedir. Bingöl'ün (2018) yapmış olduğu araştırmada da benzer sonuçlar görülmüştür. Bu doğrultuda yapılan araştırmada aylık gelir değişkeninin güreş hakemlerinin örgütsel sinizm tutumları üzerinde bir etkisinin olmadığı söylenebilir.

Güreş hakemlerinin örgütsel sinizm tutumlarının farklı değişkenlere göre karşılaştırılması ile ilgili olarak; toplam ölçek ve alt boyutlarından alınan puanlar ile hakemlik kategorisi arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir. Diğer bir ifadeyle yapılan araştırmada hakemlik kategorisinin güreş hakemlerinin örgütsel sinizm tutumları üzerinde bir etkisinin olmadığı söylenebilir.

Güreş hakemlerinin örgütsel sinizm tutumlarının farklı değişkenlere göre karşılaştırılması ile ilgili olarak; ölçek bütünü ile bilişsel ve davranışsal alt boyutlarından alınan puanların hakemlik süresine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür. Alanyazı incelendiğinde elde edilen bulguyu destekleyen çalışmalara rastlanmaktadır (Uludağ, 2018; Kartal, 2018; Kalağan, 2009). Ancak ölçeğin duyuşsal alt boyutundan alınan puanlar ile hakemlik süresi arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Doğaç (2017)'ın örgütsel sinizm ve örgütsel bağlılık arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla yaptığı araştırmada benzer sonuçlar görülmüştür. Diğer bir ifadeyle çalışma süresi uzun olan katılımcıların duyuşsal sinizm puanlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Elde edilen bulgular doğrultusunda güreş hakemlerinin yaşları dikkate alınarak bağlı buldukları örgütten beklentilerinin tespit edilmesi adına gerekli çalışmaların yapılması, kurumlarına karşı aidiyet duygularının geliştirilmesi ve aynı zamanda sinizm düzeylerini minimum seviyeye indirecek seminerlere ve eğitimlere yer verilmesi önerilebilir.

KAYNAKLAR

- Açak, M. (2005). *Beden Eğitimi Öğretmeninin El Kitabı*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Altınöz, M., Çöp, S., Sığındı, T. (2011). Algılanan örgütsel bağlılık ve örgütsel sinizm ilişkisi: Ankara'daki dört ve beş yıldızlı konaklama işletmeleri üzerine bir araştırma. *Sosyal Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 11(21), 285-316.
- Andersson, L. M. (1996). "Employee Cynicism: An examination using a contract violation framework" *Human Relations*, (49), 1395-1418
- Aydın, Y. (2017). İlkokul ve Ortaokul Öğretmenlerinin Örgütsel Sinizm İle Örgütsel Vatandaşlık Davranışı İlişkisi: Ankara Altındağ İlçesi Örneği. Yüksek Lisans Tezi, Balıkesir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Balıkesir.
- Bedük, A. (2011). *Örgüt Psikolojisi: Yeni Yaklaşımlar Güncel Konular*. Konya: Atlas Kitabevi.
- Bernerth, J. B., Armenakis, A. A., Feild, H. S., Walker H. J. (2007) "Justice, Cynicism, and Commitment A Study Of Important Organizational Change Variables", *The Journal Of Applied Behavioral Science*, 43(3), 303-326.
- Bingöl, Ş. (2018). Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü Antrenörlerinin Örgütsel Sinizm ve Bağlılığının İncelenmesi. Doktora Tezi, İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Brandes, P., Dharwadkar, R., Dean, J. W. (1999). Does Organizational Cynicism Matter? Employee and Supervisor Perspectives on Work Outcomes. *Eastern Academy of Management Proceedings*, 150-153.
- Bulut, R. C. (2019). Ortaokulda Görev Yapan Öğretmenlerin İletişim Becerileri İle Örgütsel Sinizm Düzeyleri Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Dean, J. W., Brandes, P., Dharwadkar, R. (1998). Organizational Cynicism. *Academy of Management Review*, 23(2), 341-352.
- Delken, M. (2004). *Organizational Cynicism: A Study Among Call Centers*. (Unpublished Master's Thesis), University of Maastricht.

- Doğaç, A. (2017). Örgütsel Sinizm İle Örgütsel Bağlılık İlişkisi: Van İli Konaklama İşletmeleri Örneği. Yüksek Lisans Tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Van.
- Erdem, T. (2015). Güreş Hakemlerinin Stres Kaynakları ve Başa Çıkma Yöntemleri. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Erdoğan, P., Bedük, A. (2013). Örgütsel sinizm ile örgütsel vatandaşlık davranışı arasındaki ilişki: sağlık sektöründe bir araştırma. *Selçuk Üniversitesi Sosyal ve Teknik Araştırmalar Dergisi*, 1(6), 17-36.
- Erdost, H. E., Karacaoğlu, K., Reyhanoğlu, M. (2007). Örgütsel Sinizm Kavramı ve İlgili Ölçeklerin Türkiye’deki Bir Firmada Test Edilmesi. 15. Ulusal Yönetim ve Organizasyon Kongresi Bildiriler Kitabı, 25-27 Mayıs 2007. Sakarya: Sakarya Üniversitesi: 514-524.
- Fitzgerald, M. (2002). Organizational Cynicism: Its Relationship to Perceived Organizational Injustice And Explanatory Style. (Electronic Thesis or Dissertation). Retrieved from <https://etd.ohiolink.edu/>.
- Genç, N. (2002). Başarı Bedel İster. (3.Baskı). İstanbul: Timaş Yayını.
- Gezer, E. (2018). Yabancı Diller Yüksekokullarında Görev Yapan Öğretim Elemanlarının Genel ve Örgütsel Sinizm Düzeylerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Helvacı, M. A., Çetin, A. (2012). İlköğretim okullarında görev yapan öğretmenlerin örgütsel sinizm düzeylerinin belirlenmesi (Uşak ili örneği). *Turkish Studies - International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, (3), 1475-1497
- Kalağan, G. (2009). Araştırma Görevlilerinin Örgütsel Destek Algıları İle Örgütsel Sinizm Tutumları Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.
- Kalağan, G., Güzeller, C. O. (2010). Öğretmenlerin Örgütsel Sinizm Düzeylerinin İncelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 27(27), 83-97.
- Kanter, D. L., Mirvis P. H. (1989). *The Cynical Americans: Living And Working in An Age of Discontent and Disillusion*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Karasar, N. (2005). “Bilimsel araştırma yöntemi”. (15. Basım). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kartal, Y. (2018). Örgütsel Sosyalleşme İle Örgütsel Sinizm Arasındaki İlişkiyi İncelemeye Yönelik Bir Araştırma. Yüksek Lisans Tezi, Giresun Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Giresun.
- Kasalak, G., Aksu, M. (2014). Araştırma görevlilerinin algıladıkları örgütsel desteğin örgütsel sinizm ile ilişkisi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 14(1), 115-133.
- Korkmaz, C. (2018). Sağlık Çalışanlarının Örgütsel Sinizm Düzeyleri İle İş Tatminleri Arasındaki İlişki: Diyarbakır Selahaddin Eyyübi Devlet Hastanesi Örneği. Yüksek Lisans Tezi, Trakya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Edirne.
- Mavibaş, M. (2017). Spor Bilimleri Fakültelerinde Görev Yapan Akademik Personelin Örgütsel Adalet Algıları İle Örgütsel Sinizm Tutumlarının İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Mülayim, M. (2019). Dönüşümcü Liderlik ve Etkileşimci Liderlik Tarzlarının Örgütsel Sinizm Üzerindeki Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Tokat.
- Özgan, H., Külekçi, E., Özkan, M. (2012). Öğretim elemanlarının örgütsel sinizm ile örgütsel bağlılık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Online Journal of Educational Sciences*, 4(1), 196-205.
- Tokgöz, N., Yılmaz, H. (2008). Örgütsel Sinisizim: Eskişehir ve Alanya’daki Otel İşletmelerinde Bir Uygulama. *Anadolu University Journal of Social Sciences*, 8(2), 283–305.

Tükeltürk, Ş. A., Perçin, N. Ş., Güzel, B. (2009). Örgütlerde Psikolojik Kontrat İhlalleri ve Sinizm İlişkisi: 4-5 Yıldızlı Otel İşletmeleri Üzerine Bir Araştırma. 17. Ulusal Yönetim ve Organizasyon Kongresi Bildiriler Kitabı, 21-23 Mayıs 2009. Eskişehir: Osmangazi Üniversitesi: 686-690.

Uludağ, T. (2018). Sınıf Öğretmenlerinin Örgütsel Adalet Algıları İle Örgütsel Sinizm Tutumları Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Eğitim Yönetimi ve Denetimi Ortak Yüksek Lisans Programı, İstanbul.

Uyar, İ. (2018). Hemşirelerde Örgütsel Sinizm ve Örgütsel Özdeşleşme Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Yavuz, A., Bedük, A. (2016). Örgütsel Sinizm ve Örgütsel Bağlılık Arasındaki İlişki: Bir Kamu Bankasının Konya Şubelerinde Örnek Uygulama. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (35), 301-313.

Yazıcıoğlu, N. (2019). Kurum İçi Etkin İletişim Ortamı Örgütsel Sinizm Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Yıldız, K. (2013). Örgütsel bağlılık ile örgütsel sinizm ve örgütsel muhalefet arasındaki ilişki. *Electronic Turkish Studies*, 8(6), 853-879.

Geliş Tarihi (Received): 18.07.2019
Kabul Tarihi (Accepted): 16.12.2019
SPORMETRE, 2019,17(4), 285-295
DOI: 10.33689/spormetre.593719

ORYANTİRİNG SPORCULARININ CİDDİ BOŞ ZAMAN PERSPEKTİFLERİ

Suat KARAKÜÇÜK¹, Tebessüm AYYILDIZ DURHAN¹, Kenan AKSIN¹,
Şenol GÖRAL¹, Beyza Merve AKGÜL¹

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Öz: Oryantiring bireylerin kazanım elde etmesine katkı sağlayan eğitici yönüyle ön plana çıkan bir aktivite türü olarak göze çarpmaktadır. Bu noktada bireylerin rekreasyonel amaçlı oryantiring branşına katılımları doğrultusunda deneyim, beceri geliştirmeleri söz konusudur ve bu amaçla kişisel bir çaba harcanmaktadır. Ciddi boş zaman olgusunu ortaya koyan bu yaklaşımla bu çalışmada, oryantiring sporcularının ciddi boş zaman perspektiflerinin ne olduğu, bu perspektifi belirli değişkenlerin değiştirip değiştirmediği sorularına açıklık getirilmesi amaçlanmıştır. Araştırmada Ankara ilinde bir ciddi boş zaman aktivitesi olarak oryantiring sporu ile ilgilenen 128'i kadın 121'i erkek 249 öğrenci çalışma grubunu oluştururken, araştırmanın verileri Gould ve arkadaşları (2008) tarafından geliştirilen, Akgül ve arkadaşları (2016) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Ciddi Boş Zaman Envanteri (Serious Leisure Inventory and Measure / SLIM) ile toplanmıştır. Verilerin normal dağılım göstermediği Kolmogorov-Smirnov, Shaphiro-Wilks ve Skewness-Kurtosis testleriyle ortaya koyulmuş, katılımcıların demografik verilerine yönelik dağılımları betimleyici istatistikler ile gösterilmiştir. İkili gruplar için MannWhitney-U testinden, üç ve üzeri gruplar için Kruskal-Wallis testinden yararlanılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgulara bakıldığında katılımcıların yüksek bir ciddi boş zaman puanı sergiledikleri, en yüksek alt boyut puanını azim, en düşük alt boyut puanını ise uğraşla özdeşim alt boyutunda elde ettikleri görülmüştür. Araştırmadan elde edilen bulgulara bakıldığında katılımcıların oryantiring branşıyla ilişkilerinin ciddi boş zaman kavramıyla iç içe olduğu, bu ilişkiyi cinsiyet, algılanan refah, yaşanan bölge, oryantiring yapma süresi ve son zamanlarda yarışmalara katılma durumunun değiştirdiği ifade edilebilir. Sonuç olarak oryantiring gibi farklı branşlar üzerinde yapılacak çalışmalarla, rekreasyon gibi farklı çalışmalara ihtiyaç duyulan, genişletilmesi gereken bu alana katkı sağlanması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Boş Zaman, Ciddi Boş Zaman, Oryantiring.

SERIOUS LEISURE PERSPECTIVE OF ORIENTEERING ATHLETES

Abstract: Orienteering stands out as an activity type that comes to the fore with the educational aspect that contributes to individuals' gain. At this point, individuals have experience and skill development in line with their participation in the orienteering branch for recreational purposes and a personal effort is made for this purpose. With this approach, which presents the serious leisure, it is aimed to clarify what serious leisure perspective of orienteering athletes and whether these variables change certain perspectives.. In this study, 128 women 121 man, 249 students who are interested in oryantiring sport as a serious leisure activity in Ankara were the study group, while the data of the study were developed by Gould et al. (2008), which were adapted into Turkish by Akgül et al. (2016). Measure / SLIM). Kolmogorov-Smirnov, Shaphiro-Wilks and Skewness-Kurtosis tests were used to show the normal distribution of the data. The Mann Whitney-U test was used for two groups and the Kruskal-Wallis test was used for groups of three and more. According to the findings obtained from the study, it was observed that the participants showed a high serious leisure score, the highest sub-dimension score was determined by perseverance and the lowest sub-dimension score was obtained with identification in the occupation sub-dimension. According to the findings of the research, the relationship of the participants with the orienteering branch is intertwined with the concept of serious leisure, and that this relationship changes the gender, perceived welfare, region of living, orienteering time, and recent participation in competitions. As a result, it is recommended to contribute to this field where different studies such as recreation are needed and that need to be expanded with studies to be tested on different branches such as orienteering.

Keywords: Leisure, Serious Leisure, Orienteering

GİRİŞ

Oryantiring, her yaş ve cinsiyetten bireyler tarafından koşulabilir her yerde yapılabilen ve uygulanabilirliği çok yüksek doğa sporlarının başında gelmektedir. Öğrencilerin mantıklı düşünme ve problemleri bağımsız olarak analiz edip çözme yeteneğini geliştirdiğinden, coğrafya, matematik, fen bilimleri ve beden eğitimi çalışmalarını çocuğa hissettirilmeden aktardığından dolayı “öğrenci sporu” olarak da değerlendirilmektedir. Özellikle doğada yapıldığından dolayı katılımcıların doğaya karşı duyarlı davranışların kazanmasına yönelik sosyal bir spordur (Aksın, 2008; Anderson, 2001; Ferguson ve Turbyfill, 2013). Türkiye’de özellikle 21. yy. başlarında hızlı bir gelişim gösteren oryantiring sporu, coğrafi yapıya uygun olması sebebiyle önemli bir gelişim göstermiştir. Bu büyümede etkili olan diğer bir faktör ise Türkiye’nin uygun iklim koşullarına sahip olmasıdır (Yıldız, 2016). Sınırlı alan içinde, bireysel kazanımları ve yüksek bir performans gösterilmek suretiyle diğer spor dallarından ayrılan oryantiring, zihinsel gelişim ve analitik anlayış neticesinde verilen kararlarla birlikte bedensel veya fiziksel karar verme ve uygulama görevini de yerine getirebilmektedir (Hartmann, 1988). Ayrıca kavrama, düşünme, karar verme, konsantrasyon, harita okuma gibi nedenlerle düşünce sporu olarak da adlandırılmaktadır (Özaltın ve Gül, 2006). Boş zamanları etkili ve verimli kullanma noktasında fayda sağlayan oryantiring aktiviteleri bireylerin keyifli zaman geçirmesinin yanı sıra kazanım elde etmesini de sağlamaktadır.

Ciddi boş zaman kavramı üzerine samimiyet ve ciddiyetle eğilen Stebbins, on yıllardır Ciddi Boş Zaman kuramının temellerini oldukça kapsamlı bir biçimde farklı bilim dalları ile işbirliği içinde araştırmış, boş zamanı kavramını *gündelik*, *ciddi* ve *proje tabanlı* olarak şeklen üç ana alt sınıfta açıklamıştır. Stebbins (1992) *Ciddi Boş Zaman*’ı, boş zaman etkinliklerine katılım gösteren kimseler için ilgi çekici, doyurucu nitelikleri olan; etkinlik ile ilgilenim doğrultusunda kişisel zevk duyumu sağlanan; hobi olarak ve hiçbir karşılık beklentisi olmadan düzenli katılım sağlanarak bilgi birikimi ile kişisel beceri bileşiminin açığa çıkarılması yoluyla ilgi gösterilen boş zaman uğraşının ‘meslek edinilmesi’ şeklinde tanımlanmaktadır (Gould, 2008). ‘Çağdaş yaşamın ve teknolojik gelişmelerin, alışkanlıklarımız ve sosyal yaşantılarımız üzerindeki etkisi, bireyselliğin ve bireysel farklılıkların çeşitlenmesi, özel ilgi alanlarının gelişmesi vs. ile yoğunlukla kişisel nitelendirmelere konu olan boş zamanı tanımlama çabaları, içeriği ve sınırları saptama ve/veya birtakım yöntemler kullanılarak sınıflara ayırma girişimleri ile de gitgide daha karmaşık bir hale gelmiştir. O kadar ki, boş zaman kavramının yüklendiği anlam, günümüzde hemen herkes için farklı manalara bürünebilmektedir. Bu durum, benzer etkinliklerin ve hatta birebir aynı uğraşların farklı kişilerde farklı edinimlere sebep olduğu, farklı uğraş ve etkinliklerin ise farklı kişilerde aynı çıktıyı sağladığı şeklinde de yorumlanabilir (Kelly, 2012). Boş zaman olgusuna yönelik değerlendirmelerin kişilere, zamana ve duruma bağlı olarak değişim gösterdiği bu yaşamda; insanların çeşitli boş zaman uğraşlarından bambaşka manalar üretebildiği, bütün boş zaman uğraşları için benzer ilgi ve dikkate sahip olmadığı, bir veya birkaç etkinliğin diğer bütün boş zaman ilgilenimlerinin belirgin biçimde önüne geçtiği, bireyin yaşamında oldukça önemli yer tutan bu etkinliğe/etkinliklere katılım şeklinin, niteliğinin ve edinimlerinin başka boş zaman davranışlarından, alışkanlıklarından belirgin biçimde ayrılması düşüncesi temelinde kurgulanan bu öğretisi “Ciddi Boş Zaman” (Serious Leisure) kuramı şeklinde ifade edilmektedir (Stebbins, 1982). Stebbins, uzun süren araştırmaları ve çalışmalarının neticesinde, *Ciddi Boş Zaman* kavramını diğer boş zaman davranışlarından ayıran, ayrıcalıklı hale getiren altı öznelikten bahsetmiştir.

Bunlar; azmetme, boş zamanda kariyer sahibi olma, (anlamalı) çabalama, daimi kazançlar elde etme, kendine özgü manevi değerler yaratma ve etkinlik/iş ile bütünleşme şeklinde ifade edilir

(Gould et al., 2008). *Ciddi Boş Zaman* katılımcıları seçtiği uğraşlar ile düzenli bir biçimde ve belirli bir adanmışlıkla ilgilenmekte, etkinlik üzerine kişisel gelişim sağlamaktan, gelişmekten geri kalmadıkları gibi bu bildiklerini, edindikleri becerilerini ve tecrübelerini bu etkinliğe aktarmaktadırlar. Ciddi boş zaman yaklaşımına göre, katılımcısının boş zaman uğraşına ayırdığı/harcadığı zaman dâhilinde beliren nitelikler şu şekilde açıklanmıştır.

Azim: Azmetme, zorluklar karşısındaki kararlı duruş, ciddi uğraşları gündelik uğraşlardan ayıran en temel özelliğdir. Katılımcılar, uğraşları uğruna bazen yorulurlar, kaygılanırlar, küçük ya da büyük yaralanmalara maruz kalabilirler, aşırı soğuklarda ya da sıcaklarda bulunmak durumunda kalabilirler, seyircilerin önünde performans sergileme korkusu yaşayabilirler, bazı durumlarda utanma duygusu ile baş etmek zorunda kalabilirler. Ciddi boş zaman katılımcıları, bunlara ve daha çok çeşitli kısıtlayıcılara rağmen kararlılıkla ilgilendikleri etkinliğe katılım göstermeye devam ederler (Stebbins, 2001). Bu nedenle azmetme, *Azim* niteliği, amaca yönelik tutum ve davranışlar sergilemek, istikrarlı/kararlı bir duruş geliştirmek şeklinde açıklanabilir.

Boş Zamanda Kariyer Sahibi Olma: Boş zaman uğraşının, kendine has koşullarında, dönüm noktalarıyla, başarıyla ya da katılımın çeşitli evreleriyle şekillenerek yol açtığı kişisel gelişim sürecinin bir ustalık çıktısı; boş zaman uğraşı üzerine yetkin bir kimlik kazanımı olarak düşünülebilir (Stebbins, 2001). Stebbins (1992), karşılaşılan zorlu şartları kariyer elde etme yolunda, katılıma *devam etmeye* veya katılımı *terk etmeye* doğrudan tesir eden plansız ve öngörülmedik değişim veya gelişim noktaları şeklinde yorumlamaktadır. Ancak karşılaşılan bu zorlu koşulların kariyer elde etme yolunda katılımcılar için “gidişatın doğasını” doğrudan ya da dolaylı yoldan etkileyen ve katılımcıların amaçları doğrultusunda tutundukları yol ve yönlerini değiştirmelerine sebep olabilecek önemli dönüm noktaları olduğunu da eklemek gerekir.

Çabalama (Anlamli çaba): Bilgilenmek, öğrenmek, beceri geliştirmek veya yeni beceriler kazanmak için önemli ölçüde çabalamak ve kayda değer sonuçlar almak *anlamli çaba* olarak açıklanır. Etkinliğin türüne ve niteliğine göre değişse de kişi bunlardan birisini, ikisini ya da bunların üçünü birden elde etmek, uğraş ile ilgilenimi sonucu kayda değer sonuçlar alabilmek için önemli/anlamli bir çaba sarf etmek durumunda kalabilir. Öyleyse, *ciddi boş zaman uğraşları ve boş zaman kariyeri*, uğraşa adanmışlık, sergilenen çaba ve harcanan enerji ile şekillenir açıklaması oldukça yerinde olacaktır. Ciddi boş zaman davranışları çaba göstermeye, azimle sürdürülmeye gereksinim duyar.

Daimi kazanımlar elde etmek (Kalıcı edinimler): Ciddi boş zaman davranışları, katılımcılarının yaşamda boş zaman uğraşları uğruna bedel ödemeleri ve hayatlarında değişiklikler meydana gelmesi gereğine uyum gösterebilmelerine ve bu tutumları sonucu ulaşacakları daimi değişim ve kazanımları fark edebilmelerini gerektirir. Stebbins (1992) boş zaman uğraşları uğruna ödenmesi muhtemel bedelleri genel olarak başarısızlıklar ve hayal kırıklıkları; başkalarından hoşnutsuzluk duyma ve bunu sonucu yaşanabilecek bireylerarası çatışmalar şeklinde belirtmiştir. Buna rağmen Stebbins, olumsuzluklardan öte, bu olumsuzlukların aşılması ile elde edilecek “kazanımların” değerlendirilmesine ve kategorize edilmesine önem vermiştir. Bu, sınıflandırmalar *bireysel kazanımlar* ve *grup kazanımları* olarak iki temel başlık altında toplanmış ve kişisel kazanımlar da yedi farklı biçimde açığa çıkmıştır: *Bireysel gelişim sağlama, öz-gerçekleştirme başarımı, kendini ifade edebilme yeteneği kazanımı, benlik bilinci geliştirme, kendi olmaktan memnuniyet duyma, rekreasyona ulaşma* ve diğer bazı özel durumlarda da *ekonomik getirinin olması*. Grup kazanımları ise gerçekte sosyal kazanımlar olarak nitelendirilebilir ve bunlar da *gruba ait olma cazibesi, grubun başarısı ile mutlanma* ve *grup halinde varoluş anlayışı* olarak ayrılırlar.

Kendine özgü manevi değerler (Özgün ahlak değerleri): *Ciddi boş zaman* uğraşlarının bir diğer ayırt edici özelliği ise kendine özgü manevi değerlerdir. Ciddi boş zaman evrenini oluşturan elemanlar (etkinlikler ve katılımcılar), katılımcıların ortak paydası niteliğindeki belirgin ülkülerden, kıymetlerden, yorumlardan, rehber yöntemlerden, başvuru kaynaklarından ve inanışlardan kaynaklanmaktadır (Stebbins, 2001). Ciddi boş zaman evreninde yer alan amatör, hobici ve gönüllüler, kendilerine özgü özel inançlar, değerler, ahlaki prensipler, normlar ve performans gibi standartlar oluşturan alt kültürler geliştirme eğilimindedirler.

Etkinlik ile bütünleşme (Uğraşla Özdeşim): Ciddi boş zaman uğraşlarının en belirgin ve en dikkat çekici özelliği katılımcıların ilgilendiği etkinlik ile bütünleşmesi ve özdeşimidir. Stebbins (1982), ciddi boş zaman katılımcılarının, ilgilendikleri etkinliklerden yolu ile *kendileri hakkında başkalarına* gururla, heyecanla, sıklıkla konuşma eğiliminde olduklarını ve kendilerini, yeni başlayanlara üstün sunmaya yatkın olduklarını ifade etmiştir. Etkinlik ile bütünleşme, bireylerin ilgilendikleri uğraşları şahıslarına kimlik olarak görmeleri ile başlar ve nihayetinde kişi ilgilendiği uğraşın karakteristik özellikleri ile benzeşir ve özdeşim sağlanır. Bu aynı zamanda, bireyin kendisine veya başkalarına uygun görülen boş zaman davranışı rolüne dahil olmasına ve bu rolü kabullenmesine dair de bir algı olarak görülebilir (Stebbins, 2001).

Diğer yandan “Gündelik (casual) boş zaman” uğraşları minimum bir ön çalışma gerektirir veya herhangi bir ön çalışma, etkinliğe has herhangi bir hazırlık gerektirmez. Çoğunlukla kısa ve yakın vadeli, hemen doyum sağlayan, haz duyumu temin eden, öz (içsel) doygunluğu veren etkinlikler” şeklinde tanımlanırlar (Gould et al., 2008). Gündelik şeklinde nitelenen boş zaman etkinlikleri derhal bir zevk duyumu ve temelde bir haz doyumunu ile ilintilidir. Burada, katılımcı tarafından diğer her şeyden öte saf bir eğlence ve sade bir keyiflenme hissi aranmaktadır (Stebbins, 1997). Ayrıca gündelik boş zaman uğraşları dikkatlice incelendiğinde, Rojek’in (1997) de bahsettiği üzere olağanüstü veya sıra dışı olarak görülen boş zaman etkinliklerinin birçoğunun da bu sınıfta yer aldığı görülebilir. Gündelik boş zaman davranışları; oyun oynamak, dinlenmek, etkin olmayan eğlendirici uğraşlar (televizyon izlemek, kitap okumak, müzik dinlemek vs.), etkin olmayı gerektiren eğlence uğraşları (bedenen katılım gerektiren oyunlar, dans vs.), iletişim ve sosyal etkileşim sunan etkinlikler (sohbet etmek vs.), hissetme ve doyum sağlayan etkinlikler (yemek yemek, alkollü/alkolsüz içecek tüketimi, cinsel doyum) biçiminde sınıflandırılabilir. Gündelik olarak sınıflandırılacak boş zaman uğraşları genellikle maddi olmayan ve ciddi boş zaman uğraşlarında görüldüğü gibi belirgin gelişimler açığa çıkaran etkinlikler değildir. Bu tür etkinlikler daha çok eğlenceyi ön plana çıkarır ve yalnızca, insanda hâlihazırda var olanın değerlendirilmesi ile katılım sağlanır. Doğal olarak var olanı kullanmayı ve bununla da yetinmeyi sergileyen basit ve eğlenceli bir dışa vurum davranışıdır. Çoğu kimse tarafından önemsiz olarak görünse de basit ve gündelik boş zaman davranışları gerek birey gerekse toplum yaşamı için önemi kesinlikle yadsınamaz bir yapı taşdır (Stebbins, 2001).

Son olarak; ‘proje tabanlı boş zaman’ davranışı (Stebbins, 2005) olarak nitelendirilen boş zaman türü; uzun süreli olmayan, orta düzeyde komplike, bir defa yapılan ya da ara sıra tekrarlanan, sürekli olmayacak kadar incelikli, zor ve ama yaratıcı etkinliklerin boş zamanlarda bir düzen dâhilinde hayata geçirilmesidir. Proje tabanlı boş zaman uğraşları, öncesinde özel bir planlama yapılmasını, emek harcanmasını, çoğunlukla orta üstü bir beceriye ve iyi bir bilgi birikimine sahip olunmasını, iletişim ve işbirliği becerilerinin ustalıkla kullanılmasını gerek kılar. Buna rağmen, proje tabanlı boş zaman davranışları ciddi boş zaman dâhilinde değerlendirilemez ve ciddi boş zaman davranışları yoluyla elde edilen gelişimlerin sağlanması

da beklenemez (Stebbins, 2016). Proje tabanlı boş zaman etkinliklerine örnek olarak üretim yapmak, tamir etmek, edebiyatla uğraşmak, etkinlikler düzenlemek veya etkinliklerin bir parçası olarak katılım göstermek, gönüllülük faaliyetlerinde bulunmak, sanatsal çalışmalara dâhil olmak ve arada sırada olan etkinlikleri takip etmek (spor karşılaşmaları, şenlikler, bayramlar, özel günler vs.) gösterilebilir.

Ciddi boş zaman etkinlikleri insanların içsel doyuma ulaştığı ve tamamlanma hissi sağladığı etkinlikler olarak tanımlanabilir. Bu etkinliklerin büyük bir bölümü, boş zamanlarımız ile birlikte bazı keyifsiz zorunluluk ve sorumluluklarımızın da içinde yer aldığı serbest zamanlarımızda gerçekleştirilir. Stebbins (2012) son değerlendirmelerinden birinde ciddi boş zaman kavramının tanımını genişleterek gönüllü çalışmayı, çalışanın bu yolla geçimini sağlıyor olmasına karşın çok ilgi çekici ve eğlenceli olduğu için bir boş zaman etkinliğine dönüşen işi de ciddi boş zaman olarak nitelendirmiştir. Mesleki kazançlar elde edilen amatör uğraşlar buna örnek teşkil edilebilir. Öte yandan, gönüllü çalışmaların boş ya da serbest zamanlarda yapılmaması da buna örnek gösterilebilir. Çünkü çalışanlar burada parasal ya da bir başka çeşit ödeme karşılığı iş görmektedirler. Bundan dolayı ciddi boş zaman uğraşları ile gönüllü iş ve çalışmaların ciddi arayışlar başlığı altında toplanması uygun görülmektedir (Elkington ve Stebbins, 2014).

Ciddi boş zaman, katılımcıların belirli boş zaman etkinliklerini kendilerine bir kariyer hedefi olarak görebilmesi adına yeterince önemli ve ilgi çekici bulmaları anlamına gelmektedir. Bu etkinlikleri hakkıyla gerçekleştirebilmek için katılımcıların dikkate değer bir çaba sarf etmeleri, belirli ölçülerde de bilgi, birikim ve tecrübe edinmeleri gerekmektedir. Ciddi boş zaman katılımcıları çoğunlukla ilgilendikleri etkinliklerle özdeşleşerek bir alt kültür oluşturur ve bu şekilde tanınırlar. Ciddi boş zaman katılımcıları, etkinlik ile ilgilenme ve özdeşleşme yoğunluğu dikkate alınarak 3 farklı sınıfta değerlendirilirler. Bunlar; amatörler, hobiciler ve gönüllüler olarak sıralanırlar (Green ve Jones, 2005).

Amatörler: Bu sınıfta yer alan ciddi boş zaman katılımcıları neredeyse profesyoneller ile benzer özellikler gösterirler. Burada açığa çıkan ciddi boş zaman davranışları profesyonel işlerin para kazanılmayan biçimi şeklinde basitçe açıklanamayacak kadar karmaşık bir yapıdadır. Amatörler genel olarak ilgilendikleri etkinliğe karşı en üst düzey bilgi, birikim ve tecrübe sahibi ciddi boş zaman katılımcıları olarak tanınmaktadırlar. Profesyoneller gibi hareket ederler ve onları örnek alarak kendilerine bir kariyer geliştirirler.

Hobiciler: Hobi düzeyinde ciddi boş zaman davranışları sergileyen katılımcılar profesyonelliğe yakın iş ya uğraşlarda yer almamaktadır. Amatörlüğün bir alt seviyesinde yer alan hobiciler kendi sosyal dünyalarında var olmaktadır. Hobiciler; genel bir tanımla koleksiyoncular, yapımcılar ve/veya tamirciler, etkinlik katılımcıları, spor ve oyun katılımcıları, liberal sanat ve bilim hayranları şeklinde 5 farklı kategoriden oluşurlar.

Gönüllüler: Hiçbir maddi kazanç beklentisi içinde olmadan gönüllülük faaliyetlerinde yer alan ciddi boş zaman katılımcıları bu grubu oluşturmaktadırlar. Gönüllü ciddi boş zaman uğraşları katılımcılarının iki önemli görev grubu bulunmaktadır. Bunlardan ilki yönetim (idari, hukuki, politik, organizasyonel vs.) ve ikincisi ise hizmet (bilgi sağlama, servis, getir-götür, iş tamamlama vs.) şeklinde tanımlanmaktadır. Büyük spor ve boş zaman organizasyonlarının çoğu gönüllülerin yardımları neticesinde gerçekleştirilebilmektedir. Bu yüzden gönüllülük, ciddi boş zaman uğraşları arasında önemli bir yer tutmaktadır.

Çalışmamızın temeidurumunda olan ciddi boş zaman kavramına geri dönecek olursak; belirli boş zaman uğraşlarının bir niteleyicisi/sıfatı olarak kullanılan “*ciddi*” (serious: Stebbins ve diğer araştırmacıların benimsedikleri) kelimesinin, boş zaman uğraşlarının içtenlik, samimiyet, dürüstlük, saygınlık, önem, özen ve önemseme gibi nitelikleri bünyesinde bulundurduğuna ve bu niteliklerin uğraş neticesinde somutlaştırıldığına dair bir ifadedir.

Ardahan’ın (2013; 2015) yaptığı çalışmalara bakılacak olursa, katılımcıların boş zamanlarında yaptıkları hem sportif aktivitelerin hem de diğer etkinliklerin diğer bireylerin normalde yaptıkları etkinliklerden daha farklı olduğu görülebilir. Ardahan’ın çalışmasındaki bireyler daha çok pasif rekreasyonel aktiviteleri ve takım oyunlarını tercih ederlerken, AKUT gönüllüleri üzerinde yapılan çalışmada daha çok aktif katılım gerektiren etkinlikleri ve doğa sporlarını tercih ettikleri izlenmektedir. Ayrıca katılımcıların AKUT’un Kentsel Operasyon Ekibinde gönüllü olma ve gönüllülüğü sürdürmelerinin gerekçeleri ise *bir misyonu onaylama, değerli hissetme, başarma, yenileme/yenilenme, örnek olma, beceri kullanma, işe yarama ve gönüllülüğü yaşama* şeklinde belirlemektedir (Ardahan, 2016).

Akyıldız Munusturlar ve Munusturlar’ın (2016) fotoğrafçıların ciddi boş zamanın karakteristik özelliklerine ve boş zamanlarda elde edilen tatmin düzeyine bağlı olarak sınıflandırılmasını amaçlayan çalışmalarına göre; gerçekleştirilen kümeleme analizi sonucunda 3 farklı küme ortaya çıkmaktadır. Amatör fotoğrafçılar, hobiciler ve sosyal fotoğrafçılar olarak sınıflandırılan fotoğrafçılar farklı düzeyde ciddi boş zaman katılımı sergilemektedirler. Amatörler, diğer ciddi boş zaman katılımcıları arasında en adanmış olanlar ve kariyer sahibi olarak profesyonelliğe en yakın grup şeklinde belirlemektedirler. Hobiciler, ciddi boş zaman katılım düzeyi olarak amatörlerden daha düşük ancak sosyal katılımcılardan daha yüksek değerler sergilemektedirler. Sosyal fotoğrafçılar ise diğer ciddi boş zaman davranışı sergileyen fotoğrafçılar arasında en düşük ciddi boş zaman katılım düzeyine sahip katılımcılar olarak belirlemekte ve gündelik boş zaman davranışlarına en yakın yerde durmaktadırlar.

Bedensel engelli bireyler üzerinde gerçekleştirilen bir çalışmanın (Akyıldız Munusturlar, 2016) bulguları, ciddi boş zaman katılımcılarının seçtikleri ciddi boş zaman etkinliğinden, orta düzey katılımcılara göre daha fazla tatmin olduklarını ve daha yüksek düzeyde psikolojik yaşam kalitesine sahip olduklarını ortaya çıkarmıştır. Ayrıca ciddi boş zaman katılımı arttıkça boş zaman tatmini ve psikolojik yaşam kalitesinin de buna bağlı olarak arttığı çalışmanın sonuçları arasında göze çarpmaktadır.

Ayrıca Patterson ve Pegg’in (2009) çalışmasına göre; ciddi boş zaman etkinliklerine katılan engelli bireylerin bu etkinlikleri başarı ile yürütebildikleri ve bunun sonucunda ise beceri gelişimi ile beraber kendine güven ve benlik saygısı değerlerinde belirgin artış sağladıkları gözlenmektedir. Brown, McGuire ve Voelkl’in yaptığı çalışma (2008) eşli dansların yaşlı yetişkinler için ciddi bir boş zaman biçimi olduğu fikrini desteklemekte ve başarılı bir yaşlanma için ciddi boş zaman davranışlarının önemli bir değer olduğunu savunmaktadır. Bir diğer çalışmaya (Heo ve ark., 2010) göre ise; öznel iyi oluş hali, ciddi boş zaman davranışlarının önemli bir kazanımı olarak belirtilmektedir.

Tüm bu bilgiler ışığında bireylerin ciddi boş zaman odaklı kazanımlar elde etmesine katkı sağlayan, eğlendirici ve eğitici yönleriyle ön plana çıkan bir etkinlik olarak oryantiring sporu dikkat çekmektedir. Ayrıca bireylerin rekreasyonel amaçlar doğrultusunda oryantiring etkinliklerine katılımları yolu ile deneyim kazanmaları ve beceri geliştirmeleri de söz konusu olacaktır ki bu da oryantiring branşı için kişisel olarak özel bir çaba harcandığının bir

göstergesidir. Ciddi boş zaman olgusu ile boş zaman değerlendirme davranışlarının göz ardı edilemez nitelikteki değerine dikkat çeken bu yaklaşımla, bu araştırmanın amacı; oryantiring sporcularının ciddi boş zaman perspektiflerinin belirlenmesi ve bu perspektifi çeşitli değişkenlerin göre değişipdeğişmediğinin açığa çıkarılmasıdır.

YÖNTEM

Araştırma nicel yöntemle hazırlanmış olup tarama modelinden yararlanılmıştır. Oryantiring sporcularının ciddi boş zaman perspektiflerini belirlemeye yönelik yapılan araştırmaya Ankara ilinde bir ciddi boş zaman aktivitesi olarak oryantiring sporu yapan 249 yarışmacı düzeyinde oryantiring sporcusu gönüllü olarak dahil olmuştur.

Veri toplama aracı olarak araştırmacıların geliştirdiği; cinsiyet, eğitim düzeyi, algılanan refah seviyesi, en uzun süre yaşanan bölge, oryantiring yapma süresi, oryantiringe başlanıldığından bu yana yarışmalara katılma durumu, son 1 yıl içinde yarışmalara katılma durumu sorularını içeren kişisel bilgi formu ve Gould ve arkadaşları (2008) tarafından geliştirilen, Akgül ve arkadaşları (2016) tarafından Türkçe'ye uyarlanan 18 alt boyut ve 54 maddeden oluşan Ciddi Boş Zaman Envanteri (Serious Leisure Inventory and Measure / SLIM) kullanılmıştır. Bu araştırma için iç güvenirlik katsayısı ölçeğin tamamı için .98 olarak belirlenmiştir.

Verilerin analizinde; verilerin normal dağılım göstermediği Kolmogorov-Smirnov, Shaphiro-Wilks ve Skewness-Kurtosis testleriyle ortaya koyulmuş, katılımcıların demografik verilerine yönelik dağılımları betimleyici istatistikler ile gösterilmiştir. İkili ilişkiler için Mann-Whitney-U testinden, üç ve üzeri gruplar için Kruskal-Wallis testinden yararlanılmıştır. Ölçüm aracının normallik dağılımına ilişkin bulgulara aşağıda yer verilmiştir.

Tablo 1. Ciddi Boş Zaman Ölçeğinin Basıklık Çarpıklık Değerleri ve Normallik Testi Sonuçları

| | Skewness | Kurtosis | Kolmogorov-Smirnov | Shaphiro-Wilk |
|--------------------------------|----------|----------|--------------------|---------------|
| Ciddi boş zaman | -2,178 | 4,978 | 0,291 | 0,726 |
| Azım | -2,046 | 4,957 | 0,258 | 0,775 |
| Anlamlı çaba | -1,951 | 4,388 | 0,228 | 0,793 |
| Boş zaman kariyerinde ilerleme | -2,293 | 7,186 | 0,235 | 0,777 |
| Boş zaman kariyer olasılığı | -2,030 | 4,702 | 0,237 | 0,784 |
| Kişisel zenginleşme | -1,927 | 3,796 | 0,259 | 0,771 |
| Kendini gerçekleştirme | -1,775 | 2,872 | 0,244 | 0,783 |
| Kendini ifade etme | -2,030 | 5,283 | 0,267 | 0,789 |
| Bireyselliğini ifade etme | -1,868 | 4,125 | 0,226 | 0,811 |
| Öz imaj | -1,838 | 3,127 | 0,254 | 0,777 |
| Kendinden tatmin olma | -2,143 | 4,867 | 0,251 | 0,749 |
| Kendince eğlenmek | -1,996 | 4,177 | 0,222 | 0,768 |
| Rekreasyon | -1,352 | 1,724 | 0,191 | 0,867 |

| | | | | |
|-----------------------|--------|--------|-------|-------|
| Finansal geri dönüş | -1,110 | -0,047 | 0,285 | 0,811 |
| Grup çekiciliği | -2,209 | 6,060 | 0,237 | 0,765 |
| Grup başarıları | -2,100 | 4,701 | 0,251 | 0,755 |
| Grup idamesi | -2,074 | 5,079 | 0,251 | 0,777 |
| Özgün ahlaki değerler | -1,847 | 3,251 | 0,256 | 0,778 |
| Uğraşla özdeşim | -1,846 | 3,588 | 0,233 | 0,790 |

Araştırmada elde edilen verilerin dağılımlarına yönelik yapılan basıklık ve çarpıklık testlerine göre verilerin +3, -3 değerlerinden (Cohen, 2010) oldukça fazla saptığı, benzer şekilde diğer normallik testlerinin de bu bulguyu desteklediği görülmüştür. Dolayısıyla verilerin normal dağılmadığı belirlendiği için veriler non parametrik testlerle analiz edilmiştir.

BULGULAR

Tablo 2. Katılımcılara İlişkin Demografik Değişkenlerin Sıklık ve Yüzdeler Dağılımları

| | Değişken | N=(249) | |
|--|-----------------------------------|---------|------|
| | | f | % |
| Cinsiyet | Kadın | 128 | 51,4 |
| | Erkek | 121 | 48,6 |
| Eğitim düzeyi | Lise ve altı | 183 | 73,5 |
| | Lisans ve üzeri | 66 | 26,5 |
| Algılanan refah seviyesi | Kötü | 27 | 10,8 |
| | Normal | 111 | 44,6 |
| | İyi | 111 | 44,6 |
| En uzun süre yaşanan bölge | Kırsal alan (köy-belde) | 92 | 36,9 |
| | Kentsel alan (büyükşehir-il-ilçe) | 157 | 63,1 |
| Oryantiring yapma süresi | 1< | 46 | 18,5 |
| | 1-2 yıl | 59 | 23,7 |
| | 3-4 yıl | 69 | 27,7 |
| | 5-6 yıl | 33 | 13,3 |
| | 7> | 42 | 16,9 |
| Oryantiringe başlanıldığından bu yana yarışmalara katılma durumu | 1-2 | 48 | 19,3 |
| | 3-4 | 43 | 17,3 |
| | 5-6 | 45 | 18,1 |
| | 7-8 | 22 | 8,8 |
| | 9-10 | 18 | 7,2 |
| | 11 kez ve üzeri | 73 | 29,3 |
| Son bir yıl içinde yarışmalara katılma durumu | 1-2 kez | 82 | 32,9 |
| | 3-4 kez | 55 | 22,1 |
| | 5-6 kez | 53 | 21,3 |
| | 7-8 kez | 18 | 7,2 |
| 9 kez ve üzeri | 41 | 16,5 | |

Oryantiring sporuyla uğraşan öğrencilerden oluşan örneklem grubunun; çoğunlukla kadın (%51,4), lise ve altı eğitim düzeyine sahip olan (%73,5), refah seviyelerini iyi ve normal olarak

niteleyen (%44,6), genellikle kentsel alanda yaşadığını ifade eden (%63,1), daha çok 3 ila 4 yıl arası oryantiring yapmış olan (%27,7), oryantiringe başladığından bu yana ve son 1 yıl içinde de 1 ila 2 kez yarışmalara katıldığını (%19,3-%32,9) ifade eden katılımcılardan oluştuğu görülmektedir.

Tablo 3. Ciddi Boş Zaman Ölçeğinin Aritmetik Ortalama, Standart Sapma Değerleri

| N= 249 | | | | |
|--------------------------------|--------|--------|-----------|-------|
| | Min. | Max. | \bar{x} | ss |
| Ciddi boş zaman | 147,00 | 486,00 | 411,63 | 60,01 |
| Azım | 10,00 | 36,00 | 31,28 | 4,64 |
| Anlamli çaba | 6,00 | 27,00 | 23,35 | 3,64 |
| Boş zaman kariyerinde ilerleme | 3,00 | 27,00 | 23,15 | 3,81 |
| Boş zaman kariyer olasılığı | 5,00 | 27,00 | 22,77 | 4,04 |
| Kişisel zenginleşme | 6,00 | 27,00 | 23,19 | 3,94 |
| Kendini gerçekleştirme | 7,00 | 27,00 | 23,44 | 3,86 |
| Kendini ifade etme | 6,00 | 27,00 | 23,07 | 3,61 |
| Bireyselliğini ifade etme | 5,00 | 27,00 | 23,00 | 3,97 |
| Öz imaj | 6,00 | 27,00 | 22,83 | 4,16 |
| Kendinden tatmin olma | 3,00 | 27,00 | 22,81 | 4,49 |
| Kendince eğlenmek | 6,00 | 27,00 | 23,17 | 4,13 |
| Rekreasyon | 3,00 | 27,00 | 21,75 | 4,86 |
| Finansal geri dönüş | 3,00 | 27,00 | 20,61 | 6,00 |
| Grup çekiciliği | 3,00 | 27,00 | 23,26 | 4,06 |
| Grup başarıları | 3,00 | 27,00 | 23,13 | 4,33 |
| Grup idamesi | 3,00 | 27,00 | 23,04 | 4,11 |
| Özgün ahlaki değerler | 5,00 | 27,00 | 22,81 | 4,30 |
| Uğraşla özdeşim | 2,00 | 18,00 | 14,87 | 3,43 |

Tablo 3 incelendiğinde katılımcıların yüksek bir ciddi boş zaman puanı sergiledikleri, en yüksek alt boyut puanını azım, en düşük alt boyut puanını ise uğraşla özdeşim alt boyutunda elde ettikleri görülmektedir.

Tablo 4. Ciddi Boş Zaman Ölçeği ile Cinsiyet Değişkeni Arasındaki Mann-Whitney U Testi Sonuçları

| | Cinsiyet | N | Sıra ortalaması | Sıra toplamı | z | p |
|--------------------------------|----------|-----|-----------------|--------------|--------|-------|
| Ciddi boş zaman | Kadın | 128 | 132,07 | 16905,50 | -1,595 | 0,111 |
| | Erkek | 121 | 117,52 | 14219,50 | | |
| Azım | Kadın | 128 | 131,85 | 16876,50 | -1,563 | 0,118 |
| | Erkek | 121 | 117,76 | 14248,50 | | |
| Anlamli çaba | Kadın | 128 | 127,05 | 16263,00 | -0,468 | 0,640 |
| | Erkek | 121 | 122,83 | 14862,00 | | |
| Boş zaman kariyerinde ilerleme | Kadın | 128 | 129,53 | 16580,00 | -0,032 | 0,302 |
| | Erkek | 121 | 120,21 | 14545,00 | | |
| Boş zaman kariyer olasılığı | Kadın | 128 | 127,82 | 16361,00 | -0,642 | 0,521 |
| | Erkek | 121 | 122,02 | 14764,00 | | |
| Kişisel zenginleşme | Kadın | 128 | 123,38 | 15793,00 | -0,370 | 0,712 |
| | Erkek | 121 | 126,71 | 15332,00 | | |
| Kendini gerçekleştirme | Kadın | 128 | 124,85 | 15980,50 | -0,035 | 0,972 |
| | Erkek | 121 | 125,16 | 15144,50 | | |
| Kendini ifade etme | Kadın | 128 | 130,07 | 16649,00 | -1,159 | 0,247 |
| | Erkek | 121 | 119,64 | 14476,00 | | |
| Bireyselliğini ifade etme | Kadın | 128 | 133,47 | 17084,00 | -1,924 | 0,054 |

| | Erkek | 121 | 116,04 | 14041,00 | | |
|-----------------------|-------|-----|--------|----------|--------|--------|
| Öz imaj | Kadın | 128 | 129,37 | 16559,50 | -0,996 | 0,319 |
| | Erkek | 121 | 120,38 | 14565,50 | | |
| Kendinden tatmin olma | Kadın | 128 | 125,91 | 16116,50 | -0,207 | 0,836 |
| | Erkek | 121 | 124,04 | 15008,50 | | |
| Kendince eğlenmek | Kadın | 128 | 126,42 | 16181,50 | -0,323 | 0,747 |
| | Erkek | 121 | 123,50 | 14943,50 | | |
| Rekreasyon | Kadın | 128 | 125,88 | 16113,00 | -0,200 | 0,842 |
| | Erkek | 121 | 124,07 | 15012,00 | | |
| Finansal geri dönüş | Kadın | 128 | 130,38 | 16689,00 | -1,223 | 0,221 |
| | Erkek | 121 | 119,31 | 14436,00 | | |
| Grup çekiciliği | Kadın | 128 | 130,75 | 16736,50 | -1,311 | 0,190 |
| | Erkek | 121 | 118,91 | 14388,50 | | |
| Grup başarıları | Kadın | 128 | 132,64 | 16977,50 | 1,738 | 0,082 |
| | Erkek | 121 | 116,92 | 14147,50 | | |
| Grup idamesi | Kadın | 128 | 132,00 | 16895,50 | 1,592 | 0,111 |
| | Erkek | 121 | 117,60 | 14229,50 | | |
| Özgün ahlaki değerler | Kadın | 128 | 130,83 | 16746,50 | -1,329 | 0,184 |
| | Erkek | 121 | 118,83 | 14378,50 | | |
| Uğraşla özdeşim | Kadın | 128 | 133,62 | 17103,50 | -1,967 | 0,049* |
| | Erkek | 121 | 115,88 | 14021,50 | | |

*p<0,05

Katılımcıların cinsiyet değişkeni ile ciddi boş zaman ölçeği arasında yapılan Mann-Whitney-U testi sonuçlarına göre yalnızca uğraşla özdeşim alt boyutunda kadınların lehine anlamlı farklılık ortaya koyulmuştur.

Tablo 5. Ciddi Boş Zaman Ölçeği İle Algılanan Refah Değişkeni Arasındaki Kruskal-Wallis Testi Sonuçları

| | Algılanan refah | N | Sıra ortalaması | df | x ² | p |
|--------------------------------|-----------------|-----|-----------------|----|----------------|--------|
| Ciddi boş zaman | Kötü | 27 | 71,11 | 2 | 19,596 | 0,000* |
| | Orta | 111 | 123,72 | | | |
| | İyi | 111 | 139,39 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Azim | Kötü | 27 | 110,50 | 2 | 2,348 | 0,309 |
| | Orta | 111 | 121,78 | | | |
| | İyi | 111 | 131,74 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Anlamlı çaba | Kötü | 27 | 90,61 | 2 | 7,185 | 0,028* |
| | Orta | 111 | 127,41 | | | |
| | İyi | 111 | 130,96 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Boş zaman kariyerinde ilerleme | Kötü | 27 | 95,67 | 2 | 5,556 | 0,062 |
| | Orta | 111 | 125,45 | | | |
| | İyi | 111 | 131,69 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Boş zaman kariyer olasılığı | Kötü | 27 | 94,46 | 2 | 6,222 | 0,045* |
| | Orta | 111 | 124,79 | | | |
| | İyi | 111 | 132,64 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Kişisel zenginleşme | Kötü | 27 | 91,33 | 2 | 8,168 | 0,017* |
| | Orta | 111 | 123,53 | | | |
| | İyi | 111 | 134,66 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Kendini gerçekleştirme | Kötü | 27 | 88,26 | 2 | 8,671 | 0,013* |
| | Orta | 111 | 125,70 | | | |

| | | | | | | |
|---------------------------|--------|-----|--------|---|--------|--------|
| | İyi | 111 | 133,23 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Kendini ifade etme | Kötü | 27 | 91,78 | 2 | 7,904 | 0,019* |
| | Orta | 111 | 123,65 | | | |
| | İyi | 111 | 134,43 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Bireyselliğini ifade etme | Kötü | 27 | 66,76 | 2 | 20,190 | 0,000* |
| | Orta | 111 | 130,91 | | | |
| | İyi | 111 | 133,25 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Öz imaj | Kötü | 27 | 74,17 | 2 | 15,676 | 0,000* |
| | Orta | 111 | 128,83 | | | |
| | İyi | 111 | 133,53 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Kendinden tatmin olma | Kötü | 27 | 71,33 | 2 | 19,676 | 0,000* |
| | Orta | 111 | 123,90 | | | |
| | İyi | 111 | 139,16 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Kendince eğlenmek | Kötü | 27 | 63,04 | 2 | 22,943 | 0,000* |
| | Orta | 111 | 131,05 | | | |
| | İyi | 111 | 134,02 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Rekreasyon | Kötü | 27 | 80,81 | 2 | 13,640 | 0,001* |
| | Orta | 111 | 123,36 | | | |
| | İyi | 111 | 137,39 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Finansal geri dönüş | Kötü | 27 | 95,93 | 2 | 13,646 | 0,001* |
| | Orta | 111 | 114,45 | | | |
| | İyi | 111 | 142,62 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Grup çekiciliği | Kötü | 27 | 83,72 | 2 | 10,731 | 0,005* |
| | Orta | 111 | 126,46 | | | |
| | İyi | 111 | 133,58 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Grup başarıları | Kötü | 27 | 78,39 | 2 | 13,667 | 0,001* |
| | Orta | 111 | 126,58 | | | |
| | İyi | 111 | 134,76 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Grup idamesi | Kötü | 27 | 85,87 | 2 | 11,072 | 0,000* |
| | Orta | 111 | 123,06 | | | |
| | İyi | 111 | 136,45 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Özgün ahlaki değerler | Kötü | 27 | 60,00 | 2 | 26,707 | 0,000* |
| | Orta | 111 | 127,11 | | | |
| | İyi | 111 | 138,70 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Uğraşla özdeşim | Kötü | 27 | 77,94 | 2 | 13,618 | 0,001* |
| | Orta | 111 | 127,84 | | | |
| | İyi | 111 | 133,61 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |

*p<0,05

Katılımcıların ciddi boş zaman puanları ve algıladıkları refah seviyeleri arasında yapılan Kruskal Wallis analizi sonuçlarına göre azim ve boş zaman kariyerinde ilerleme alt boyutları dışında kalan tüm alt boyutlarda anlamlı farklılık vardır, buna göre refah seviyesini iyi olarak algılayan katılımcıların anlamlı farklılık saptanan tüm alt boyutlarda diğer katılımcılara oranla daha yüksek bir ciddi boş zaman düzeyi ortaya koydukları gözlemlenmiştir.

Tablo 6. Ciddi Boş Zaman Ölçeği ile En Uzun Süre Yaşanılan Bölge Değişkeni Arasındaki Mann-Whitney U Testi Sonuçları

| | Bölge | N | Sıra ortalaması | Sıra toplamı | z | p |
|--------------------------------|-----------------------------------|-----|-----------------|--------------|--------|--------|
| Ciddi boş zaman | Kırsal alan(köy-belde) | 92 | 126,11 | 11602,50 | -0,187 | 0,852 |
| | Kentsel alan (büyükşehir-il-ilçe) | 157 | 124,35 | 19522,50 | | |
| Azim | Kırsal alan(köy-belde) | 92 | 118,47 | 10899,50 | -1,109 | 0,268 |
| | Kentsel alan (büyükşehir-il-ilçe) | 157 | 128,82 | 20225,50 | | |
| Anlamlı çaba | Kırsal alan(köy-belde) | 92 | 116,84 | 10749,00 | -1,383 | 0,167 |
| | Kentsel alan (büyükşehir-il-ilçe) | 157 | 129,78 | 20376,00 | | |
| Boş zaman kariyerinde ilerleme | Kırsal alan(köy-belde) | 92 | 115,80 | 10654,00 | -1,559 | 0,119 |
| | Kentsel alan (büyükşehir-il-ilçe) | 157 | 130,39 | 20471,00 | | |
| Boş zaman kariyer olasılığı | Kırsal alan(köy-belde) | 92 | 122,94 | 11310,50 | -0,349 | 0,727 |
| | Kentsel alan (büyükşehir-il-ilçe) | 157 | 126,21 | 19814,50 | | |
| Kişisel zenginleşme | Kırsal alan(köy-belde) | 92 | 117,59 | 10818,00 | -1,261 | 0,207 |
| | Kentsel alan (büyükşehir-il-ilçe) | 157 | 129,34 | 20307,00 | | |
| Kendini gerçekleştirme | Kırsal alan(köy-belde) | 92 | 124,35 | 11440,00 | -0,111 | 0,912 |
| | Kentsel alan (büyükşehir-il-ilçe) | 157 | 125,38 | 19685,00 | | |
| Kendini ifade etme | Kırsal alan(köy-belde) | 92 | 124,72 | 11474,50 | -0,047 | 0,962 |
| | Kentsel alan (büyükşehir-il-ilçe) | 157 | 125,16 | 19650,50 | | |
| Bireyselliğini ifade etme | Kırsal alan(köy-belde) | 92 | 128,17 | 11792,00 | -0,537 | 0,840 |
| | Kentsel alan (büyükşehir-il-ilçe) | 157 | 123,14 | 19333,00 | | |
| Öz imaj | Kırsal alan(köy-belde) | 92 | 120,05 | 11044,50 | -0,840 | 0,401 |
| | Kentsel alan (büyükşehir-il-ilçe) | 157 | 127,90 | 20080,50 | | |
| Kendinden tatmin olma | Kırsal alan(köy-belde) | 92 | 121,95 | 11219,50 | -0,516 | 0,606 |
| | Kentsel alan (büyükşehir-il-ilçe) | 157 | 126,79 | 19905,50 | | |
| Kendince eğlenmek | Kırsal alan(köy-belde) | 92 | 116,32 | 10701,00 | -1,471 | 0,141 |
| | Kentsel alan (büyükşehir-il-ilçe) | 157 | 130,09 | 20424,00 | | |
| Rekreasyon | Kırsal alan(köy-belde) | 92 | 135,78 | 12492,00 | -1,817 | 0,069 |
| | Kentsel alan (büyükşehir-il-ilçe) | 157 | 118,68 | 18633,00 | | |
| Finansal geri dönüş | Kırsal alan(köy-belde) | 92 | 137,32 | 12633,50 | -2,084 | 0,037* |

| | | | | | | |
|-----------------------|--------------------------------------|-----|--------|----------|--------|--------|
| | Kentsel alan (büyükşehir-il-ilçe) | 157 | 117,78 | 18491,50 | | |
| Grup çekiciliği | Kırsal alan(köy- belde) | 92 | 118,38 | 10890,50 | -1,124 | 0,261 |
| | Kentsel alan (büyükşehir-il-ilçe) | 157 | 128,88 | 20234,50 | | |
| Grup başarıları | Kırsal alan(köy- belde) | 92 | 112,78 | 10375,50 | -2,070 | 0,038* |
| | Kentsel alan (büyükşehir-il-ilçe) | 157 | 132,16 | 20749,50 | | |
| Grup idamesi | Kırsal alan(köy- belde) | 92 | 122,45 | 11265,00 | 0,433 | 0,665 |
| | Kentsel alan (büyükşehir-il-ilçe) | 157 | 126,50 | 19860,00 | | |
| Özgün ahlaki değerler | Kırsal alan(köy- belde) | 92 | 120,61 | 11096,00 | -0,745 | 0,456 |
| | Kentsel alan (büyükşehir-il-ilçe) | 157 | 127,57 | 20029,00 | | |
| Uğraşla özdeşim | Kırsal alan(köy- belde) | 92 | 129,07 | 11874,50 | -0,691 | 0,489 |
| | Kentsel alan (büyükşehir-il-ilçe) | 157 | 122,61 | 19250,50 | | |

*p<0,05

Katılımcıların en uzun süre yaşadıkları bölge ile ciddi boş zaman ölçeği arasında yapılan Man Whitney U Testi sonuçlarına göre; finansal geri dönüş alt boyutunda en uzun yaşadıkları bölgeyi kırsal olarak nitelendiren katılımcıların lehine anlamlı ilişki bulunmuş, bunun yanı sıra grup başarıları alt boyutunda kentsel alanda yaşayan katılımcıların lehine anlamlı ilişki saptanmıştır.

Tablo 7. Ciddi Boş Zaman Ölçeği ile Oryantiring Yapma Süresi Değişkeni Arasındaki Kruskal-Wallis Testi Sonuçları

| | Oryantiring yapma süresi | N | Sıra ortalaması | df | x ² | p |
|-----------------------------------|-----------------------------|-----|--------------------|----|----------------|--------|
| Ciddi boş zaman | 1< | 46 | 85,85 | 4 | 18,945 | 0,001* |
| | 1-2 yıl | 59 | 136,46 | | | |
| | 3-4 yıl | 69 | 140,72 | | | |
| | 5-6 yıl | 33 | 132,53 | | | |
| | 7> | 42 | 120,05 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Azim | 1< | 46 | 111,68 | 4 | 2,827 | 0,587 |
| | 1-2 yıl | 59 | 135,00 | | | |
| | 3-4 yıl | 69 | 125,72 | | | |
| | 5-6 yıl | 33 | 126,45 | | | |
| | 7> | 42 | 123,21 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Anlamlı çaba | 1< | 46 | 109,26 | 4 | 5,127 | 0,275 |
| | 1-2 yıl | 59 | 127,31 | | | |
| | 3-4 yıl | 69 | 135,86 | | | |
| | 5-6 yıl | 33 | 132,82 | | | |
| | 7> | 42 | 115,01 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Boş zaman kariyerinde ilerleme | 1< | 46 | 118,88 | 4 | 2,174 | 0,704 |
| | 1-2 yıl | 59 | 126,18 | | | |
| | 3-4 yıl | 69 | 131,56 | | | |
| | 5-6 yıl | 33 | 131,45 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |

| | | | | | | |
|-----------------------------|---------|-----|--------|---|--------|--------|
| | 7> | 42 | 114,20 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Boş zaman kariyer olasılığı | 1< | 46 | 113,01 | 4 | 2,536 | 0,638 |
| | 1-2 yıl | 59 | 120,75 | | | |
| | 3-4 yıl | 69 | 130,05 | | | |
| | 5-6 yıl | 33 | 127,56 | | | |
| | 7> | 42 | 133,80 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Kişisel zenginleşme | 1< | 46 | 108,88 | 4 | 3,341 | 0,502 |
| | 1-2 yıl | 59 | 133,15 | | | |
| | 3-4 yıl | 69 | 128,51 | | | |
| | 5-6 yıl | 33 | 126,70 | | | |
| | 7> | 42 | 124,10 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Kendini gerçekleştirme | 1< | 46 | 117,59 | 4 | | |
| | 1-2 yıl | 59 | 138,28 | | | |
| | 3-4 yıl | 69 | 122,67 | | 5,250 | 0,263 |
| | 5-6 yıl | 33 | 135,68 | | | |
| | 7> | 42 | 109,89 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Kendini ifade etme | 1< | 46 | 107,37 | 4 | 5,369 | 0,251 |
| | 1-2 yıl | 59 | 134,52 | | | |
| | 3-4 yıl | 69 | 125,75 | | | |
| | 5-6 yıl | 33 | 138,44 | | | |
| | 7> | 42 | 119,14 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Bireyselliğini ifade etme | 1< | 46 | 104,01 | 4 | 7,302 | 0,121 |
| | 1-2 yıl | 59 | 135,52 | | | |
| | 3-4 yıl | 69 | 130,80 | | | |
| | 5-6 yıl | 33 | 136,00 | | | |
| | 7> | 42 | 115,05 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Öz imaj | 1< | 46 | 106,49 | 4 | 7,246 | 0,123 |
| | 1-2 yıl | 59 | 133,40 | | | |
| | 3-4 yıl | 69 | 130,68 | | | |
| | 5-6 yıl | 33 | 140,24 | | | |
| | 7> | 42 | 112,17 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Kendinden tatmin olma | 1< | 46 | 105,33 | 4 | 9,566 | 0,048* |
| | 1-2 yıl | 59 | 136,06 | | | |
| | 3-4 yıl | 69 | 139,99 | | | |
| | 5-6 yıl | 33 | 115,29 | | | |
| | 7> | 42 | 114,02 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Kendince eğlenmek | 1< | 46 | 106,61 | 4 | 7,797 | 0,099 |
| | 1-2 yıl | 59 | 124,14 | | | |
| | 3-4 yıl | 69 | 137,52 | | | |
| | 5-6 yıl | 33 | 140,42 | | | |
| | 7> | 42 | 113,65 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Rekreasyon | 1< | 46 | 88,98 | 4 | 16,389 | 0,003* |
| | 1-2 yıl | 59 | 140,25 | | | |
| | 3-4 yıl | 69 | 137,29 | | | |
| | 5-6 yıl | 33 | 125,74 | | | |
| | 7> | 42 | 122,25 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Finansal geri dönüş | 1< | 46 | 88,79 | 4 | 17,021 | 0,002* |
| | 1-2 yıl | 59 | 129,68 | | | |

| | | | | | | | |
|-----------------|-----------------------|---------|--------|--------|-------|--------|--------|
| | 3-4 yıl | 69 | 143,97 | | | | |
| | 5-6 yıl | 33 | 128,41 | | | | |
| | 7> | 42 | 124,24 | | | | |
| | Toplam | 249 | | | | | |
| Grup çekiciliği | 1< | 46 | 119,32 | 4 | 1,038 | 0,904 | |
| | 1-2 yıl | 59 | 123,39 | | | | |
| | 3-4 yıl | 69 | 128,29 | | | | |
| | 5-6 yıl | 33 | 133,44 | | | | |
| | 7> | 42 | 121,45 | | | | |
| | Toplam | 249 | | | | | |
| | Grup başarıları | 1< | 46 | 117,27 | 4 | 5,363 | 0,252 |
| | | 1-2 yıl | 59 | 128,33 | | | |
| 3-4 yıl | | 69 | 135,46 | | | | |
| 5-6 yıl | | 33 | 131,83 | | | | |
| | 7> | 42 | 106,24 | | | | |
| | Toplam | 249 | | | | | |
| | Grup idamesi | 1< | 46 | 103,58 | 4 | 6,422 | 0,170 |
| | | 1-2 yıl | 59 | 137,76 | | | |
| 3-4 yıl | | 69 | 128,99 | | | | |
| 5-6 yıl | | 33 | 120,70 | | | | |
| | 7> | 42 | 127,37 | | | | |
| | Toplam | 249 | | | | | |
| | Özgün ahlaki değerler | 1< | 46 | 86,22 | 4 | 22,040 | 0,000* |
| | | 1-2 yıl | 59 | 134,08 | | | |
| 3-4 yıl | | 69 | 142,50 | | | | |
| 5-6 yıl | | 33 | 142,30 | | | | |
| | 7> | 42 | 112,38 | | | | |
| | Toplam | 249 | | | | | |
| | Uğraşla özdeşim | 1< | 46 | 93,83 | 4 | 11,305 | 0,023* |
| | | 1-2 yıl | 59 | 133,47 | | | |
| 3-4 yıl | | 69 | 135,43 | | | | |
| 5-6 yıl | | 33 | 126,27 | | | | |
| | 7> | 42 | 129,12 | | | | |
| | Toplam | 249 | | | | | |

*p<0,05

Katılımcıların oryantiring yapma süreleri ile ciddi boş zaman ölçeği arasındaki Kruskal Wallis Test sonuçlarına bakıldığında katılımcıların ciddi boş zaman toplam puanlarında, kendinden tatmin olma, rekreasyon, finansal geri dönüş, özgün ahlaki değerler ve uğraşla özdeşim alt boyutlarında anlamlı farklılıklar saptanmıştır. Buna göre toplam puanlarda, kendinden tatmin olma, finansal geri dönüş, özgün ahlaki değerler ve uğraşla özdeşim alt boyutlarında 3-4 yıl arası oryantiring yapanların lehine, rekreasyon alt boyutunda 1 ila 2 yıl arasında oryantiring yapanların lehine anlamlı farklılık elde edilmiştir.

Katılımcıların oryantiringe başladıklarından bu yana yarışmalara katılmış olma durumları ile ciddi boş zaman ölçeği arasında anlamlı farklılık saptanmamışken, katılımcıların son 1 yıl içerisinde oryantiring yarışmalarına katılma durumları ile ciddi boş zaman arasında anlamlı farklılık saptanmış ve aşağıdaki tabloda belirtilmiştir.

Tablo 8. Ciddi Boş Zaman Ölçeği İle Son 1 Yılda Yarışmalara Katılma Durumu Arasındaki Kruskal-Wallis Testi Sonuçları

| | Son 1 Yılda Yarışmalara katılma durumu | N | Sıra ortalaması | df | x ² | p |
|-----------------|--|----|-----------------|----|----------------|-------|
| Ciddi boş zaman | 1-2 kez | 82 | 108,78 | 4 | 8,441 | 0,077 |

| | | | | | | |
|--------------------------------|----------------|-----|--------|---|--------|--------|
| | 3-4 kez | 55 | 133,10 | | | |
| | 5-6 kez | 53 | 124,00 | | | |
| | 7-8 kez | 18 | 152,72 | | | |
| | 9 kez ve üzeri | 41 | 135,70 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Azim | 1-2 kez | 82 | 100,38 | 4 | | |
| | 3-4 kez | 55 | 141,47 | | 15,158 | 0,004* |
| | 5-6 kez | 53 | 132,50 | | | |
| | 7-8 kez | 18 | 140,81 | | | |
| | 9 kez ve üzeri | 41 | 135,51 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Anlamli çaba | 1-2 kez | 82 | 112,80 | 4 | | |
| | 3-4 kez | 55 | 129,41 | | 54,123 | 0,390 |
| | 5-6 kez | 53 | 127,07 | | | |
| | 7-8 kez | 18 | 139,64 | | | |
| | 9 kez ve üzeri | 41 | 134,38 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Boş zaman kariyerinde ilerleme | 1-2 kez | 82 | 119,12 | 4 | | |
| | 3-4 kez | 55 | 126,63 | | | |
| | 5-6 kez | 53 | 124,63 | | 1,167 | 0,883 |
| | 7-8 kez | 18 | 133,58 | | | |
| | 9 kez ve üzeri | 41 | 131,28 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Boş zaman kariyer olasılığı | 1-2 kez | 82 | 120,91 | 4 | 1,393 | 0,845 |
| | 3-4 kez | 55 | 126,50 | | | |
| | 5-6 kez | 53 | 120,26 | | | |
| | 7-8 kez | 18 | 135,50 | | | |
| | 9 kez ve üzeri | 41 | 132,68 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Kişisel zenginleşme | 1-2 kez | 82 | 120,99 | 4 | 7,010 | 0,135 |
| | 3-4 kez | 55 | 122,05 | | | |
| | 5-6 kez | 53 | 112,65 | | | |
| | 7-8 kez | 18 | 133,22 | | | |
| | 9 kez ve üzeri | 41 | 149,33 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Kendini gerçekleştirme | 1-2 kez | 82 | 114,18 | 4 | 5,260 | 0,262 |
| | 3-4 kez | 55 | 132,67 | | | |
| | 5-6 kez | 53 | 120,32 | | | |
| | 7-8 kez | 18 | 149,67 | | | |
| | 9 kez ve üzeri | 41 | 131,56 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Kendini ifade etme | 1-2 kez | 82 | 119,29 | 4 | 3,818 | 0,431 |
| | 3-4 kez | 55 | 131,23 | | | |
| | 5-6 kez | 53 | 114,78 | | | |
| | 7-8 kez | 18 | 129,00 | | | |
| | 9 kez ve üzeri | 41 | 139,51 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Bireyselliğini ifade etme | 1-2 kez | 82 | 123,95 | 4 | 0,509 | 0,973 |
| | 3-4 kez | 55 | 129,22 | | | |
| | 5-6 kez | 53 | 126,11 | | | |
| | 7-8 kez | 18 | 126,92 | | | |
| | 9 kez ve üzeri | 41 | 119,16 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Öz imaj | 1-2 kez | 82 | 118,43 | 4 | 5,585 | 0,210 |
| | 3-4 kez | 55 | 134,53 | | | |
| | 5-6 kez | 53 | 110,72 | | | |
| | 7-8 kez | 18 | 141,11 | | | |
| | 9 kez ve üzeri | 41 | 136,76 | | | |

| | | | | | | |
|-----------------------|----------------|-----|--------|---|--------|--------|
| | Toplam | 249 | | | | |
| Kendinden tatmin olma | 1-2 kez | 82 | 111,16 | 4 | 6,282 | 0,179 |
| | 3-4 kez | 55 | 129,20 | | | |
| | 5-6 kez | 53 | 124,14 | | | |
| | 7-8 kez | 18 | 141,53 | | | |
| | 9 kez ve üzeri | 41 | 140,89 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Kendince eğlenmek | 1-2 kez | 82 | 115,05 | 4 | 4,024 | 0,403 |
| | 3-4 kez | 55 | 129,68 | | | |
| | 5-6 kez | 53 | 126,14 | | | |
| | 7-8 kez | 18 | 117,11 | | | |
| | 9 kez ve üzeri | 41 | 140,60 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Rekreasyon | 1-2 kez | 82 | 110,54 | 4 | 7,749 | 0,101 |
| | 3-4 kez | 55 | 127,41 | | | |
| | 5-6 kez | 53 | 124,20 | | | |
| | 7-8 kez | 18 | 152,28 | | | |
| | 9 kez ve üzeri | 41 | 139,74 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Finansal geri dönüş | 1-2 kez | 82 | 115,46 | 4 | 4,667 | 0,323 |
| | 3-4 kez | 55 | 124,79 | | | |
| | 5-6 kez | 53 | 122,04 | | | |
| | 7-8 kez | 18 | 136,53 | | | |
| | 9 kez ve üzeri | 41 | 143,13 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Grup çekiciliği | 1-2 kez | 82 | 118,85 | 4 | 2,959 | 0,565 |
| | 3-4 kez | 55 | 133,52 | | | |
| | 5-6 kez | 53 | 117,92 | | | |
| | 7-8 kez | 18 | 122,36 | | | |
| | 9 kez ve üzeri | 41 | 136,18 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Grup başarıları | 1-2 kez | 82 | 120,85 | 4 | 1,644 | 0,801 |
| | 3-4 kez | 55 | 128,97 | | | |
| | 5-6 kez | 53 | 119,66 | | | |
| | 7-8 kez | 18 | 140,19 | | | |
| | 9 kez ve üzeri | 41 | 128,20 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Grup idamesi | 1-2 kez | 82 | 110,24 | 4 | 12,024 | 0,017* |
| | 3-4 kez | 55 | 145,80 | | | |
| | 5-6 kez | 53 | 119,41 | | | |
| | 7-8 kez | 18 | 106,58 | | | |
| | 9 kez ve üzeri | 41 | 141,93 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Özgün ahlaki değerler | 1-2 kez | 82 | 113,10 | 4 | 6,452 | 0,168 |
| | 3-4 kez | 55 | 126,93 | | | |
| | 5-6 kez | 53 | 121,36 | | | |
| | 7-8 kez | 18 | 136,69 | | | |
| | 9 kez ve üzeri | 41 | 145,79 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |
| Uğraşla özdeşim | 1-2 kez | 82 | 116,76 | 4 | 5,439 | 0,245 |
| | 3-4 kez | 55 | 125,78 | | | |
| | 5-6 kez | 53 | 117,28 | | | |
| | 7-8 kez | 18 | 138,97 | | | |
| | 9 kez ve üzeri | 41 | 144,28 | | | |
| | Toplam | 249 | | | | |

*p<0,05

Katılımcıların son bir yılda oryantiringe yönelik yarışmalara katılma durumları ile ciddi boş zaman ölçeği arasında yapılan Kruskal Wallis testi sonuçlarına göre yalnızca grup idamesi alt boyutunda anlamlı farklılık elde edilmiş, son 1 yılda 3 ila 4 kez oryantiring yarışmalarına katılmış olanların lehine anlamlı sonuç elde edilmiştir.

TARTIŞMA ve SONUÇ

Araştırmadan elde edilen bulgulara bakıldığında katılımcıların yüksek bir ciddi boş zaman puanı sergiledikleri, en yüksek alt boyut puanını azim, en düşük alt boyut puanını ise uğraşla özdeşim alt boyutunda elde ettikleri görülmüştür. Araştırma bulgularına göre katılımcıların cinsiyet, algılanan refah, en uzun süre yaşadıkları bölge, oryantiring yapma süresi ve son 1 yılda yarışmalara katılma durumu ile ciddi boş zaman puanları arasında anlamlı ilişkiler ve farklılıklar saptanmıştır. Katılımcıların bugüne dek yarışmalara katılma durumu ile CBZÖ arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Bulgulara göre; ciddi boş zaman puanları kadınların, refah seviyesini iyi olarak algılayan katılımcıların, finansal geri dönüş anlamında en uzun süre kırsalda yaşadığını ifade eden katılımcıların, grup başarılarına bakıldığında ise daha uzun süre kentsel alanda yaşayanların, oryantiring yapma süresinin 3 ila 4 yıl arasında olduğunu ifade edenlerin, son 1 yılda 3 ila 4 kez oryantiring yarışmalarına katılmış olanların lehine anlamlı farklılıklar elde edilmiştir.

Araştırma kapsamında yer alan azim alt boyutunun en yüksek ortalamayı elde etmesine benzer şekilde Anderson'ın (2011) yaptığı araştırmada rekreasyonel anlamda paraşütle atlama ile ilgilenen bireylerin yaşadığı zorlukların yanı sıra, aile iş ekseninde kısıtlayıcılar olsa dahi azimle keyif alarak bu branşla ilgilenmeye devam ettiklerini belirten araştırmada yazar, bu üçgeni sağlıklı biçimde koruyabilmek için stratejiler geliştirmeye çalışmıştır. Delamere ve Shaw (2006) yaptıkları araştırma kapsamında dijital oyun oynayan oyuncuların oyun becerilerini sürdürme ve kazanma ihtiyacı içinde azimle ciddi boş zaman aktivitelerini sürdürdüğünü ortaya koymuştur. Bir diğer araştırmada Arai (1997) gönüllü bireylerin yaşadıkları engellere rağmen azimle ciddi boş zaman aktivitelerine sarıldıklarını ifade etmiştir. Benzer şekilde Kennelly, Moyle ve Lamont (2013) triatletlerin ciddi boş zaman kullanımı çerçevesinde kısıtlamalara sahip olmalarına karşın bu kısıtlılıkları yenecek stratejiler geliştirerek azimle ciddi boş zaman faaliyetlerine katılım gösterdiklerini belirtmiştir. Bir diğer araştırmada yaşlılık dönemindeki gönüllü bireylerin spor organizasyonları konusundaki deneyimlerini araştırmak adına yapılan röportaj çalışmasının sonuçlarına göre katılımcıların bir ciddi boş zaman etkinliği olan gönüllülük faaliyetlerinde, özellikle fizyolojik kısıtlayıcılara karşı kararlılık göstermelerinden dolayı azim alt boyutunda araştırma bulgularımızla paralel olarak daha yüksek ortalamalar elde edildiği (Misener, Doherty ve Hamm-Kerwin, 2010).

Boş zaman kariyerinde ilerleme alt boyutuna bakıldığında Heuser 2005 yılında yaşlılık dönemindeki kadınların çim bowlingi ile ilgili katılımlarının kulüp üyeliği düzeyinde olduğu, yaşam koşullarını değiştiren bir etki sağladığı ve branşla beraber yeni bir kimlik kazanımının söz konusu olduğu, örgütsel bağlılığı ifade etmede ciddi boş zamanın önemli bir araç olduğu sonuçlarına ulaşmıştır. Dolayısıyla bir ciddi boş zaman aktivitesi olarak çim bowlingine yönelik oluşturulan grup katılımcıların boş zaman kariyeri yapmasına olanak tanımaktadır. Baldwin ve Norris'in (1999) yaptıkları araştırmada Amerikan Kennel Kulübü (AKC) üyelerinin ciddi boş zaman deneyimleri incelenmiş, ciddi boş zamanın faaliyetlerinde özellikle boş zaman kariyeri üzerindeki vurgu ve becerilerin gelişimi hususları bu çalışma tarafından desteklenmiştir. Lamont, Kennelly ve Moyle (2014) amatör sporcuların önemli görülebilecek bir bedel ödemeleri söz konusu iken, sporcuların ciddi boş zaman kariyerlerine bağlı kaldıklarını ortaya

koymuşlardır. Kadınların ciddi boş zaman etkinliği olarak dağcılık kariyerlerini inceleyen bir diğer araştırma kapsamında; tırmanmaya sistematik olarak devam eden kadın katılımcılar, azimle bu aktiviteleri sürdürürken, uzmanlık becerileri ve bilgileri edinerek, aidiyet ve başarı duyguları gibi pek çok kazanım elde etmektedirler. Aynı zamanda tırmanma faaliyetleriyle özdeşim içinde oldukları yine araştırma bulgularında ifade edilen ciddi boş zaman perspektiflerini oluşturmaktadır (Dilley ve Scraton, 2009). Raisborough'un (2007) yaptığı araştırmada resmi gençlik örgütü olan Sea Cadet Corps'taki (SCC) faaliyetlere katılan kadınların boş zaman kariyerinin doğrusal olarak ilerleyip ilerlemediğini keşfetmeye çalışmıştır. Ancak örgüt içindeki cinsiyete dayalı iş bölümleri ve kadınların kadın kimliğinden uzak toplumsal cinsiyet rollerine yönelik çalışmalar yapmaları bu anlamdaki engelleri oluşturmaktadır. Ciddi boş zamanın anlamlı çaba boyutuyla benzeşen nitelikte yapılan bir diğer araştırmada Brown, McGuire ve Voelkl (2008), başarılı yaşlanma ve ciddi boş zaman ilişkisine bakıldığında bulguların ciddi boş zaman faaliyetlerinin başarılı yaşlanmada önemli bir rol üstlendiğini göstermektedir. Aynı zamanda Bryan (1977), Scott ve Shafer (2001) ciddi boş zaman katılımcılarının bilgi ve beceri kazanma düzeyindeki olumlu yansımaya ve giderek artan uzmanlaşmayı kayda değer çaba ile ortaya koyduklarını ifade etmektedir. Özgün ahlaki değerlerin yaşatılmasına yönelik yapılan çalışmalardan biri olan ABD'de İç Savaş'ı tema alarak oyunculuk tarihine yaklaşımı betimleyerek ciddi boş zaman anlayışını ortaya koymayı hedeflemektedir (Hunt, 2004). Yaşayan tarihi nesillere aktarmayı amaçlayan çalışmaların hayat bulduğu ve bu bağlamda ciddi boş zaman yaklaşımına yönelik çalışmalar yapıldığı ifade edilmektedir.

Ciddi boş zaman kavramını ciddi boş zaman ve gündelik boş zaman olarak iki farklı kategoride inceleyen araştırmalardan biri olan çalışma kapsamında; ciddi boş zaman kullanımının gündelik boş zaman kullanımından daha fazla tercih edilen bir olgu olduğu ifade edilmiş (Shen ve Yarnal, 2010), bir diğer araştırmada ise ciddi boş zaman katılımcılarının ise amatörler, hobiciler, gönüllüler olarak sınıflandığı görülmüştür (Akyıldız, 2013b). Bu gruplandırmada gönüllüler bağlamında değerlendirilebilecek olan Ardahan'ın (2016) yaptığı araştırmada; ciddi boş zaman faaliyeti olarak gönüllülüğü AKUT örneğinde ele alıp AKUT Operasyon Ekibi'nin gönüllü profilini belirlemeyi amaçlamış, çalışmaya AKUT gönüllüsü 408 kişi katılmış, doğa sporlarıyla aktif olarak ilgilenen örneklem grubunun, spor dışı aktiviteleri olarak; arkadaşlarıyla ve ailesiyle birlikte olmak, konserlere gitmek gibi tercihleri bulunduğunu ifade etmiştir. Bunun yanında bireyleri rekreatif etkinliklere katılmaya motive eden birçok faktörün bireylerin AKUT'un Kentsel Operasyon Ekibinde gönüllü olması için önem arz etmediği, bu kurumda olma gerekçeleri sıradan, gündelik bir serbest zaman faaliyeti olan gönüllülük yerine ciddi boş zaman faaliyeti olan gönüllülük olarak belirlenmiştir (Ardahan, 2016). Yine bir gönüllülük faaliyeti olarak spor federasyonlarında yönetsel görevler alan gönüllülerin, gönüllüğe katılım nedenleri ve kazanımlarını tespit edilmesinin amaçlandığı araştırmada, gönüllülerin katılım nedenleri 1-Kariyer geliştirme, 2-Spor sevgisi, 3- Katkıda bulunmak, 4- Boş zaman değerlendirme isteği ve 5-Sosyal sorumluluğun yerine getirilmesi olarak tespit edilmiştir. Gönüllülerin aldıkları görevlere ilişkin kazanımları ise üç boyutta incelenmiştir. Buna göre gönüllülerin bireysel kazanımları, kariyer edinmek, üst düzey kişilerle görüşme fırsatı, mutluluk ve manevi huzur, yardımlaşma, tecrübe ve öğrenme, kişisel gelişim gibi çeşitli kategorilerde toplanmıştır. Gönüllülerin sosyal kazanımları, seyahat etme, çevre edinme, sosyal saygınlık, yeni arkadaş edinme ve sosyal ilişkiler kurma gibi konularda şekillenmiştir. Sonuç olarak, federasyonlarda görev alan gönüllülerin katılım nedenleriyle kazanımları arasında olumlu ilişkiler tespit edilmiş ve bulgular Ciddi Boş Zaman teorisine paralellik göstermiştir (Erturan Ögüt, Yenel ve Kocamaz, 2013).

Araştırma bulgularının aksine cinsiyet (Işık 2014) ve gelir gibi (Akyıldız,2013) faktörlerin katılımcıların ciddi boş zaman puanlarını değiştirmediğini ifade eden, aynı zamanda ciddi boş zaman ile farklı ölçüm araçları arasında yapılan analizlerden oluşan çalışmalar literatürde yerini almıştır (Anderson ve Taylor, 2010; Brown, 2007; Cuskelly, Harrington ve Stebbins, 2010; Fairer-Wessels, 2013; Gillespie ve ark., 2002; Hamilton Smith, 1993; Harrel, 2003; Heo ve ark., 2010; Jones ve Graham, 2001; Jones, 2000; Kim ve ark., 2014; Lu-Luan ve ark., 2014; Orr, 2006; Stebbins, 1996; Tsaun ve Liang,2008; Yoder, 1997).

Sonuç olarak araştırmada yer alan katılımcıların oryantiring branşıyla ilişkilerinin yüksek oranda ciddi boş zaman bağlamında olduğu, bu ilişkiyi cinsiyet, algılanan refah, yaşanan bölge, oryantiring yapma süresi ve son zamanlarda yarışmalara katılma durumunun değiştirdiği ifade edilebilir. Oryantiring gibi farklı branşlar üzerinde sınanacak çalışmalarla, rekreasyon gibi farklı çalışmalara ihtiyaç duyulan, genişletilmesi gereken bu alana katkı sağlanması önerilmektedir.

KAYNAKLAR

Akgül, B. M., Özdemir, A. S., Erturan Ögüt, E. E., Karaküçük, S. (2016). Ciddi Boş Zaman Envanteri ve Ölçümü: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Journal of Human Sciences*, 13(2), 2820-2838.

Aksın, K. (2008). *Oryantiring Sporunda Kent İçi Organizasyonlar Üzerine Bir İnceleme*, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek lisans Tezi, 25-29

Akyıldız, M. (2013a). *Ciddi ve Kayıtsız Katılımcıların Kişilik Özellikleri ile Boş Zaman Tatmini ve Yaşam Tatmini Arasındaki İlişki*. Anadolu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Doktora Tezi, Eskişehir.

Akyıldız Munusturlar, M. (2016). Examination of the Serious Leisure, Leisure Satisfaction and Quality of Life of People with Physical Disabilities, *Sport Sciences (NWSASPS)*, 2B0105, 11(3): 23-38.

Akyıldız Munusturlar, M. ve Munusturlar, S. (2016). Ciddi Bir Boş Zaman Etkinliği Olarak Fotoğrafçılık: Fotoğrafçıların Kümeleme Analizi ile Sınıflandırılması, *İÜ Spor Bilimleri Dergisi*, 6 (2), 1303-1414.

Akyıldız, M. (2013b). Boş zamana “ciddi” bir bakış: boş zaman araştırmalarında ciddi boş zaman teorisi. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*. 4(2), 46-59.

Anderson, L. (2011). *Time Is of the Essence: An Analytic Autoethnography of Family, Work, and Serious Leisure*. *Symbolic Interaction*. 34 (2), 133-157.

Anderson, L., Taylor, J. (2010). Standing Out while Fitting In: Serious Leisure Identities and Aligning Actions among Skydivers and Gun Collectors. *Journal of Contemporary Ethnography*, 39(1) 34–59.

Andersson, G. (2001) *Orienteering What's That?* Silva Sweden, S: 14.

Arai, S. M. (1997). Volunteers within a changing society: The uses of empowerment theory in understanding serious leisure. *World Leisure and Recreation*, 39(3), 19–22.

Ardahan F. (2013). Rekreasyonel Egzersize Güdüleme Ölçeği'nin Rekreatif Spor Türüne Göre İncelenmesi: Antalya Örneği. *İğdir Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 4, 95-108.

Ardahan F. (2015). Recreational Importance and Reasons for Being Preferred of Countryman Coffee Stall as Communal Place. *Social Sciences and Humanities in Focus*. Sosyal ve Beşerî Bilimlere Küresel Yaklaşımlar, Kuram ve Uygulamalar - Uluslararası Sempozyum. Polonya Bilimler Akademisi, Varşova, Polonya, 16-18 Eylül 2015, Bildiriler Kitabı.

- Ardahan, F. (2016). Ciddi Boş Zaman Faaliyeti Olarak Gönüllülük: AKUT Örneği. *Mediterranean Journal of Humanities*, 6(1), 47-61.
- Baldwin, C. K., Norris, P.A. (1999) Exploring the Dimensions of Serious Leisure: “Love Me—Love My Dog!”, *Journal of Leisure Research*, 31(1), 1-17.
- Brown, C.A. (2007). The Carolina Shaggers: Dance as Serious Leisure. *Journal of Leisure Research*. 39(4). 623-647.
- Brown, C.A., McGuire, F. A., Voelkl, J. (2008). The link between successful aging and serious leisure. *International Journal of Aging And Human Development*. 66(1), 73-95.
- Bryan, H. (1977). Leisure value systems and recreational specialization: The case of trout fisherman. *Journal of Leisure Research*, 9, 174–187.
- Cuskelly, G., Harrington, M., Stebbins, R. (2010). Changing levels of organizational commitment amongst sport volunteers: A serious leisure approach, *Leisure/Loisir*, 27(3-4), 191-212.
- Delamere, F.M., Shaw, S.M. (2006) Playing with violence: Gamers’ social construction of violent video game play as tolerable deviance, *Leisure/Loisir*, 30(1), 7-25.
- Dilley, R.E., Scraton, S.J. (2010) Women, climbing and serious leisure, *Leisure Studies*, 29(2), 125-141.
- Elkington, S. Stebbins, R. A. (2014). *The Serious Leisure Perspective an Introduction*, Routledge, New York, 4.
- Erturan Ögüt, E.E., Yenel, F., Kocamaz, S. (2013). Spor federasyonlarındaki gönüllülerin katılım nedenleri ve kazanımları: ciddi boş zaman teorisine göre bir değerlendirme. *Pamukkale Journal of Sport Science*, 4(1), 48-76.
- Fairer-Wessels, F.A. (2013). Motivation and Behaviour of Serious Leisure Participants: The Case of the Comrades Marathon. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*. 35(2):83-103.
- Ferguson, C., Turbyfill, R. (2013). *Discovering Orienteering Skills. Techniques and Activities*. USA: Human Kinetics. S: 7.
- Gillespie, D. L., Leffler, A., Lerner, E. (2002) If it weren’t for my hobby, I’d have a life: dog sports, serious leisure, and boundary negotiations, *Leisure Studies*, 21:3-4, 285-304.
- Gould, J., Moore, D., McGuire, F., Stebbins, R. (2008). Development of the Serious Leisure Inventory and Measure. *Journal of Leisure Research*, 40(1), 47-68. Green, C. Jones, I. (2005). Serious Leisure, Social Identity and Sport Tourism. *Sport in Society*. 8. 164-181. 10.1080/174304305001102010.
- Hamilton Smith, E. (1993). In the Australian bush: Some reflections on serious leisure. *World Leisure and Recreation*, 35, (1), 10-13.
- Hartel, Jenna. (2003). *The Serious Leisure Frontier in Library and Information Science: Hobby Domains*. Knowledge Organization, 30(3/4). 228-238. 45.
- Hartmann, Herbert. (1988). The significance of orienteering in the changing world of sports. *Scientific Journal of Orienteering*, 63-77.
- Heo, J., Lee, Y., McCormick, B.P., Pedersen, P.M. (2010) Daily experience of serious leisure, flow and subjective well-being of older adults, *Leisure Studies*, 29:2, 207-225.
- Heuser, L. (2005) We’re not too old to play sports: the career of women lawn bowlers, *Leisure Studies*, 24:1, 45-60.
- Hunt, S.J. (2004). Acting the part: ‘living history’ as a serious leisure pursuit. *Leisure Studies*, 23, (4), 387–403.

Işık, U. (2014). *Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda Okuyan Ciddi Boş Zaman Katılımcılarının Kişilik Özelliklerinin İncelenmesi*. Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi,64.

Jones, I (2000) A model of serious leisure identification: the case of football fandom, *Leisure Studies*, 19(4), 283-298.

Jones, I., Symon, G. (2001) Lifelong learning as serious leisure: policy, practice and potential, *Leisure Studies*, 20(4), 269-283.

Kelly, J. (2012). *Leisure* (4. b.). IL: Sagamore Publishing.

Kennelly, M., Moyle, B., Lamont, M. (2013) Constraint Negotiation in Serious Leisure, *Journal of Leisure Research*, 45(4), 466-484.

Kim,J., Yamada, N., Heo, J., Han, A. (2014) Health benefits of serious involvement in leisure activities among older Korean adults, *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 9(1), 1-9.

Lamont, M., Kennelly, M., Moyle, B. (2014) Costs and Perseverance in Serious Leisure Careers, *Leisure Sciences*, 36(2), 144-160.

Lu-Luan,P., Yi-Hsiu,L., Chen-Yueh, C., Jong-Chi, C. (2014). Serious Leisure, Motivation to Volunteer and Subjective Well-Being of Volunteers in Recreational Events. *Soc Indic Res.* 119:1485–1494.

Misener,K., Doherty, A., Hamm-Kerwin, S. (2010) Learning From the Experiences of Older Adult Volunteers in Sport: A Serious Leisure Perspective, *Journal of Leisure Research*, 42(2), 267-289.

Orr, N. (2006). Museum Volunteering: Heritage as ‘Serious Leisure’, *International Journal of Heritage Studies*, 12(2), 194-210.

Özaltın, O., Gül, A. (2006). Rekreasyon ve Turizm Kapsamında Orienteering (Hedef Bulma) Etkinliğinin Önemi ve Ülkemizdeki Durum Analizi, *Turizm ve Mimarlık Sempozyumu Bildiriler Kitabı*, Antalya, 263-271.

Patterson, I. Pegg, S. (2009). Serious leisure and people with intellectual disabilities: benefits and opportunities, *Leisure Studies*, 28:4, 387-402, DOI: 10.1080/02614360903071688.

Raisborough, J. (2007) Gender and Serious Leisure Careers: A Case Study of Women Sea Cadets, *Journal of Leisure Research*, 39(4), 686-704.

Rojek, C. (1997). Leisure theory: Retrospect and prospect. *Society and Leisure*, 20(2), 383-400

Scott, D., Shafer, C. S. (2001). Recreational specialization: A critical look at the construct. *Journal of Leisure Research*, 33, 319–343.

Shen, X.S., Yarnal, C. (2010) Blowing Open the Serious Leisure-Casual Leisure Dichotomy: What's In There?, *Leisure Sciences*, 32(2), 162-179.

Stebbins, R. (1992). *Amateurs, professionals, and serious leisure*. Montreal: McGill-Queen's University Press.

Stebbins, R. (1996). Cultural Tourism as Serious Leisure. *Annals of Tourism Research*, 23(4), 948-950.

Stebbins, R. (1997). Casual leisure: A conceptual statement. *Leisure Studies*, 16(1), 17-25.

Stebbins, R. (2001). *New directions in the theory and research of serious leisure*. Lewiston, NY: Edwin Mellen Press.

Stebbins, R. (2005). Choice and Experiential Definitions of Leisure. *Leisure Sciences*, 27(4), 349-352.

Stebbins, R. (2016). *Serbest Zaman Fikri: Temel İlkeler*. (M. Demirel, N. Ekinci, Ü. Üstün, U. Işık, & O. Gümüşgöl, Çev.) Ankara: Spor Yayınevi ve Kitabevi.

Stebbins, R.A. (1982). Serious Leisure: A Conceptual Statement, *The Pacific Sociological Review*, 25(2), April, 251-272

Stebbins, R.A. (2012). *The Idea of Leisure First Principles*. (Çev. Demirel, M., Ekinci, N.E., Üstün, Ü.D., Işık, U., Gümüşgöl, O.). Ankara: Spor Yayınevi ve Kitabevi.

Tsaur, S.H., Liang, Y.W.(2008) Serious Leisure and Recreation Specialization, *Leisure Sciences*, 30(4), 325-341.

Yıldız, K. (2016). Bilgi ve iletişim teknolojileri boyutuyla, spor ve iletişim. Ankara: Nobel.

Yoder, D. G. (1997) A Model for Commodity Intensive Serious Leisure, *Journal of Leisure Research*, 29(4), 407-429.